

Красносулинский район, х. Большая Федоровка

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Больше-Федоровская средняя общеобразовательная школа**



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по физической культуре

Уровень общего образования: начальное общее образование

Класс: 4

Количество часов: 99

Учитель: Манаенков Андрей Викторович

Программа разработана в соответствии:

- с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
- с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Больше-Федоровская СОШ;
- с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В.И. Ляха, А.А. Зданевича. – М.: Просвещение, 2011».

2019-2020 учебный год

Пояснительная записка

Цель обучения – 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.

Задачи обучения:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- обучение методике движений;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростносиловые, выносливость и гибкость) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

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

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Примерная рабочая программа по курсу физической культуры для учащихся 4-го класса рассчитана на 103 часа (3 часа в неделю, 34 учебные недели). На основании учебно-календарного графика МБОУ Больше-Федоровская СОШ на 2019-2020 учебный год данная рабочая программа рассчитана на 99 часов.

Программа по учебному предмету «Физическая культура» в начальной школе отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира.

Материал программы направлен на реализацию приоритетных задач образования — формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование, а также развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств — гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и выносливости. Учебный материал позволяет сформировать у школьников научно обоснованное отношение к окружающему миру, с опорой на предметные, метапредметные результаты и личностные требования.

I. Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

Данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми 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 нормах, 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 задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии 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 (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять индивидуальные показатели физического развития и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

II. Содержание учебного предмета «Физическая культура»

Лёгкая атлетика 21 час: Ходьба и бег. Прыжки. Броски малого мяча. Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики и в подвижных играх на материале л/атлетики. Оказание первой помощи. Ходьба и бег. Ходьба с изменением длины и частоты шага. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета». Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Инструктаж по ТБ

Кроссовая подготовка 21 час: Бег по пересеченной местности, Бег с изменением направления. Равномерный бег мин. Чередование бега и ходьбы. Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Комплексы упражнений на развитие выносливости. Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий

Гимнастика 18 часов: Акробатика. Строевые упражнения .Равновесие. Опорный прыжок, лазание. ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ

Подвижные игры 21 часов. ОРУ в движении. Игры: «Мяч ловцу», «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей Подвижные игры

«Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Соревнование « Чья «березка» лучше. ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей **Подвижные игры на основе баскетбол 21 часов.** Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Подвижная цель», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей Соревнование «Кто дальше уедет после спуска» ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых способностей.

Знания о физической культуре

История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

Основные виды учебной деятельности:

Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Легкая атлетика

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»

Низкий старт

Стартовое ускорение

Финиширование

Подвижные игры на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель».

На материале спортивных игр:

Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам.

Формы организации учебных занятий:

- Урок-путешествие
- Фронтальная беседа
- Урок-игра
- Урок-соревнование

III. Календарно – тематическое планирование

№	Тема урока	Кол. часов	Элементы содержания	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности				Дата	факт
					Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД	Личностные УУД		
Лёгкая атлетика – 11 часов										
I.	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики и в подвижных играх на материале л/атлетики. Оказание первой помощи. Ходьба и бег.	1	Ходьба с изменением длины и частоты шага. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета». Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Инструктаж по ТБ	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м	Овладение базовыми предметными и межпредметными и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. Формировать представления о правилах безопасности поведения на занятиях; ознакомить с содержанием занятий физической культурой, гигиеническими и эстетическими требованиями к комплекту одежды для занятий физкультурой; повторить общие	Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	3.09	

					представления о строевых командах и распоряжениях					
2.	Техника высокого старта с последующим ускорением. Техника челночного бега 3х10м. Олимпийские игры: история возникновения.	1	Техника высокого старта с последующим ускорением. Техника челночного бега. Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 30 м. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м; бегать «челноком»	Овладение фактами истории развития физической культуры характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью. Овладение фактами истории развития Олимпийских игр	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	4.09	
3.	Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Эстафеты с предметами	1	Подвижные игры «Кот и мыши», «Невод», «Пустое место» Эстафеты с предметами	Уметь правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м, 30м.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	5.09	
4.	Бег 30 м с высокого старта на результат. Техника	1	Бег на результат 30 м. Развитие скоростных способностей.	Уметь правильно выполнять движения в ходьбе и беге;	Рефлексия способов и условий действия, контроль и	Представление физической культуры как средства укрепления	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	10.09	

	челночного бега 3х10 м.		Игра «Смена сторон». Понятия: <i>эстафета, старт, финиш</i> . Техника челночного бега 3х10 м.	пробегать с максимальной скоростью 30 м. Понимать термины: <i>эстафета, старт, финиш</i>	оценка процесса и результатов деятельности	здоровья, физического развития и физической подготовки человека	но – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстникам и взрослыми людьми	достижении поставленных целей		
5.	Челночный бег 3х10 м на результат. Прыжки в длину с места.	1	Челночный бег 3х10 м на результат. Прыжки в длину с места. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения. XXII олимпийские игры в г. Сочи.	Уметь пробегать «челноком» этап 3х10м с максимальной скоростью; совершенствовать прыжки в длину с места. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон». Понятия: <i>эстафета, старт, финиш</i> . Знать современную историю олимпийского движения.	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	11.09	
6.	Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Эстафеты с предметами и без них. Прыжки в длину с места «Кто дальше»	1	Подвижные игры «Белые медведи», «Космонавты», «Пустое место» Эстафеты с предметами и без них. Прыжки в	Продолжить формирование представлений о правилах безопасного поведения при занятиях физическими упражнениями; повторить	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельнос	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	12.09	

			длина с места «Кто дальше»	разученные ранее строевые упражнения; совершенствовать технику выполнения прыжков в длина с места.	ти человека, связи с трудовой и военной деятельностью	и способы их улучшения				
7.	Прыжки в длину с места.	1	Прыжок в длина с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно- силовых качеств. Влияние бега на здоровье	Уметь правильно выполнять движения в прыжках, правильно приземляться Влияние бега на здоровье	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	17.09	
8.	Прыжок в длина с места на результат. Подтягивание на перекладине.	1	Прыжок в длина с места на результат. Подтягивание на перекладине. Многоскоки. Игра «Волк во рву» Развитие скоростно- силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках	Уметь правильно выполнять движения в прыжках; уметь правильно приземляться; прыгать в длину с места. Выполнять многоскоки.	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталонном	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и и взрослыми людьми	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	18.09	

9.	Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Соревнования между командами «Самый быстрый»	1	Подвижные игры «Белые медведи», «Космонавты», «Пустое место» Эстафеты с предметами и без них. Соревнования между командами «Самый быстрый»	Знать правила игр, применять их в разнообразных условиях Иметь представление о влиянии занятий подвижными играми и физическими упражнениями на телосложение человека;	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	19.09	
10.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м.	1	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метаниях	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель Иметь представление о необходимости выполнения утренней гигиенической гимнастики, ее значимости в режиме дня школьника;	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	24.09	
11.	Метание малого мяча в цель с 4-5 метров на результат.	1	Метание малого мяча в цель с 4-5 метров на результат Метание малого мяча с места на дальность и на заданное	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель. Знать приёмы закаливания. Уметь правильно оценивать своё	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	25.09	

			расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. Приёмы закаливания.	самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками	Кроссовая подготовка - 14 часов	подготовки человека	достижении целей			
12.	Урок-игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	1	Подвижные игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки». Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами; учить поворотам на месте; совершенствовать технику ведения мяча.	Знать и выполнять правила игр, применять их в разнообразных условиях Иметь представление о личной гигиене	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	26.09	
13.	Бег с изменением направления. Подвижные игры на материале спортивных игр.	1	Бег с изменением направления. Равномерный бег 5 мин. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Комплексы упражнений на	Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут, чередовать ходьбу с бегом Иметь представление о личной гигиене	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	1.10	

			развитие выносливости							
14.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Равномерный бег 6 мин. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости Измерение роста, веса, силы	Уметь бегать в равномерном темпе до 6 минут, чередовать ходьбу с бегом. Уметь измерять рост, вес и силу мышц.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	02.10	
15.	Урок-игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях В паре со сверстниками моделируют случаи травматизма и оказания первой помощи. Дают оценку своим знаниям о самопомощи и первой помощи при получении травмы	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	3.10	
16.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Бег 7 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Уметь бегать в равномерном темпе до 7 минут, чередовать ходьбу с бегом.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодейс	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	8.10	

						физической культуры	ствия со сверстникам и и взрослыми людьми			
17.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Бег 7 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (90 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Уметь бегать в равномерном темпе до 7 минут, чередовать ходьбу с бегом. Знать правила правильного дыхания при выполнении физических упражнений, в том числе и бега.	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	9.10	
18.	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях Формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при метании.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	10.10	

19.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Бег 8 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Физические качества и их связь с физическим развитием.	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	15.10	
20.	Шестиминутный бег на результат.	1	Шестиминутный бег на результат. Игра «Третий лишний». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом. Иметь представление о пользе закаливания организма в осеннее время года	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	16.10	
21.	Урок-игра, соревнование. Встречные эстафеты без предметов и с предметами	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Иметь представление об оказании первой помощи пострадавшим при занятиях физическими	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками	17.10	

				упражнениями в случаях попадания различных посторонних предметов в дыхательные пути, ухо, нос	объектами и процессами.	уровня усвоения.				
22.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Бег 8 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	22.10	
23.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Бег 8 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	23.10	

24.	Урок-игра, соревнование. Встречные эстафеты без предметов и с предметами	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Встречные эстафеты без предметов и с предметами	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	24.10	
25.	Бег 1 км на результат.	1	Кросс 1 км. Игра «Третий лишний». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности Подвижные игры – 2 часа	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	5.11	
26.	Подвижные игры на материале спортивных игр.	1	ОРУ в движении. Игры: «Мяч ловцу», «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях Правильно оценивать своё самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	6.11	

27.	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	1	Игры: «Мяч ловцу», «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	7.11	
28.	Инструктаж по технике безопасности по физической культуре (занятия на материале гимнастики с основами акробатики). Кувырок вперёд и назад. Строевые упражнения.	1	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Инструктаж по ТБ. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации. Иметь представление о правилах безопасности поведения на занятиях; иметь общие представления о строевых командах и распоряжениях	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	12.11	
29.	Акробатика. Строевые упражнения.	1	ОРУ. Мост с помощью и самостоятельно. Кувырок назад и перекат,	Уметь выполнять строевые команды, акробатические	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме	Умения активно включаться в коллектив	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в	13.11	

			стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?»	элементы отдельно и в комбинации. Получать навыки в перестроениях;	эталонными образцами.	дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	ную деятельность, взаимодействие со сверстниками и в достижении целей	различных (нестандартных) ситуациях и условиях		
30.	Урок-игра, соревнование, народные игры. Игры - эстафеты с перелезанием и подлезанием	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Игры - эстафеты с перелезанием и подлезанием	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Иметь представление о преимуществах здорового образа жизни;	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	14.11	

31.	Мост с помощью и самостоятельно. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках.	1	ОРУ. Мост с помощью и самостоятельно. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках (учёт) Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Развитие координационных способностей, гибкости. Игра «Что изменилось?»	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	19.11	
32.	Тест на гибкость. Акробатика.	1	ОРУ. Мост с помощью и самостоятельно Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Развитие координационных	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	20.11	

			ых способностей. Игра «Что изменилось?»							
33.	Урок-игра, соревнование. Соревнование «Чья «березка» лучше	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Соревнование «Чья «березка» лучше	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества	21.11	
34.	Висы. Подтягивание. Строевые упражнения.	1	ОРУ с предметами. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Подтягивание в висе. Вис за головой, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастический скамейке. Развитие	Уметь выполнять висы и упоры	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	26.11	

			силовых способностей							
35.	Висы. Подтягивание. Отжимание. Строевые упражнения. Танцевальные упражнения.	1	ОРУ с предметами. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Подтягивание в висе. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Поднимание ног в висе. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастический скамейке. Развитие силовых способностей. Шаги галопа и польки в парах.	Уметь выполнять висы и упоры	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.11	

36.	Урок - игра, соревнование. Эстафеты с предметами. Комплекс корректирующих упражнений на контроль ощущения в постановке головы, плеч, позвоночного столба. Контроль осанки в движении	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Контроль осанки в движении	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	28.11	
37.	Отжимание от скамейки (зачёт)	1	Отжимание от скамейки (зачёт) Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Поднимание ног в висе. ОРУ с предметами. Игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей	Уметь выполнять висы и упоры	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	312	

38.	Висы. Подтягивание (учёт). Отжимание. Строевые упражнения.	1	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе (учёт). Поднимание ног в висе Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастическо й скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей	Уметь выполнять висы и упоры	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализироват ь и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ но – яркой форме в процессе общения и взаимодейс твия со сверстникам и и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелатель ности, взаимопомощи и сопереживания	4.12	
39.	Урок - игра, соревнование. Соревнование «лучший акробат». Комплекс ОРУ с гимнастической палкой.	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Соревнование «Лучший акробат». Комплекс ОРУ с гимнастической палкой.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализироват ь и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандарт ных)ситуациях и условиях	5.12	
40.	Опорный прыжок, лазание по канату	1	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов.	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату, выполнять	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от	Умение организовыва ть собственную деятельность	Умения организовы вать деятельность в паре,	Проявлять дисциплинированно сть, трудолюбие и упорство в	10.12	

			Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств	опорный прыжок	конкретных условий; прогнозирование результата	с учётом требований её безопасности, организации места занятий	выбирать и использовать средства достижения цели	достижении поставленных целей		
41.	Опорный прыжок, лазание по канату	1	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой».	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	11.12	
42.	Урок-игра, соревнование. Кто самый	1	Подвижные игры «Чехарда»,	Знать и выполнять правила игр в	Выбор наиболее эффективных способов	Планирование занятий физическими	Умение доносить информацию	Волевая саморегуляция, контроль в форме	12.12	

	сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.		«Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Соревнование «Кто самый сильный» (соревнования по подтягиванию).	разнообразных условиях. Иметь представление о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на равновесие, о режиме дня младшего школьника	решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	сличения способа действия и его результата с заданным эталоном		
43.	Опорный прыжок, лазание по канату	1	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	17.12	
44.	Опорный прыжок, лазание по канату (учёт)	1	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема (учёт). Перелезание через препятствие. Опорный прыжок	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	18.12	

			прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых			ошибки, эффективно их исправлять	достижения цели			
45.	Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Соревнование «Кто самый сильный» (соревнования по подтягиванию).	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	.Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами. Подвижные игры – 3 часа	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	19.12	
46.	Народные игры. Игры с прыжками через препятствия, с набивными мячами.	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочка»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	24.12	
47.	Народные игры. Игры с прыжками через препятствия, с набивными мячами.	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочка»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня,	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в	25.12	

					условий; прогнозирование результата	организация отдыха с использовани ем средств физической культуры	но – яркой форме в процессе общения и взаимодейс твия со сверстникам и и взрослыми людьми	различных (нестандарт ных)ситуациях и условиях		
48.	Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию) . Эстафеты с предметами.	1	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочка». Соревнование «Кто самый сильный» (соревнование по подтягиванию) Эстафеты с предметами	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата Подвижные игры – 16 часов	Планирование занятий физическими упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использовани ем средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ но – яркой форме в процессе общения и взаимодейс твия со сверстникам и и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	26.12	---- -
49.	Инструктаж по технике безопасности во время проведения игры. Значение подвижных игр.	1	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно- силовых способностей ТБ	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Иметь представление о пользе подвижных игр для организма младшего школьника	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представлени е физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять дисциплинированно сть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	14.01	
50.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Овладение фактами истории развития физической культуры,	Умение объяснять правила (технику) выполнения	Умения организовы вать деятельность в паре,	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними	15.01	

			скоростно-силовых способностей	Понимать термины «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении и травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей.	характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	выбирать и использовать средства достижения цели	общий язык и общие интересы		
51.	Спортивные и подвижные игры	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	16.01	
52.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	21.01	

							и и взрослыми людьми			
53.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	22.01	
54.	Спортивные и подвижные игры	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Иметь знания о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени; укрепить уверенность детей в своих спортивных способностях.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	23.01	
55.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	28.01	

			силовых качеств			подготовки человека	достижении целей			
56.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	29.01	
57.	Урок-игра, соревнование. Эстафета	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Подвижная цель», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей Эстафета	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение базовыми предметными и межпредметными и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	30.01	
58.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под	Продолжить формирование представлений о разнообразии подвижных игр.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующи	Умение организовывать собственную деятельность с учётом	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в	4.02	

			ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		ми её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	требований её безопасности, организации места занятий	использовать средства достижения цели	различных (нестандартных) ситуациях и условиях		
59.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	5.02	
60.	Урок-игра, соревнование. «Кто дальше уедет после спуска»	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Подвижная цель», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей Соревнование «Кто дальше уедет после спуска»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	6.02	

61.	Подвижные	1	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	11.02	
62.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	12.02	
63.	Урок-игра, соревнование. Метание снежков в цель, на дальность. «Кто самый ловкий?».	1	Подвижные игры «Охотники и утки», «Быстро и точно» Соревнование по метанию снежков в цель и на дальность «Кто самый ловкий?».	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	13.02	
64.	Подвижные игры	1	ОРУ. Игры: «Удочка», «Мышеловка», «Невод».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в	Умение организовывать собственную	Умение доносить информацию	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	18.02	

			Развитие скоростных качеств	метаниями. Иметь навыки метания и ловли, координацию движений.	зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	достижении поставленных целей		
					Подвижные игры с элементами баскетбола – 21 час					
65.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Снайперы». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение базовыми предметными и межпредметными и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	19.02	
66.	Урок-игра, соревнование.	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению	20.02	

			(щит). ОРУ. Игра «Подвижная цель», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей.	играть в мини-баскетбол	ти человека, связи с трудовой и военной деятельностью	ем средств физической культуры	достижения цели			
67.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Снайперы». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	25.02	
68.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	26.02	

			груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) – учёт. ОРУ. Игра «Снайперы». Развитие координационных способностей				и и взрослыми людьми			
69.	Урок-игра, соревнование. Эстафета	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Снайперы». Развитие координационных способностей Эстафеты	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение базовыми предметными и межпредметными и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	27.02	
70.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению	3.03	

			руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Снайперы». Развитие координационных способностей		и военной деятельностью					
71.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Снайперы». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Иметь представление о важности проведения закаляющих процедур в весенний период времени	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	4.03	
72.	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с мячами.	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодейс	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	5.03	

			руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей. Эстафеты с мячами.			физической культуры	ствия со сверстникам и и взрослыми людьми			
73.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Снайперы», игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; совершенствовать умения в перебрасывани	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Иметь представление о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале;	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	10.03	

			и мячей; разучить пробегание под длинной вращающейся скакалкой.							
74.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Снайперы», игра в мини- баскетбол. Развитие координационн ых способностей.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини- баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующи ми её роль и значение в жизнедеятельнос ти человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализироват ь и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовы вать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированно сть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	11.03	
75.	Урок-игра, соревнование «Стремительны е передачи»	1	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини- баскетбол.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини- баскетбол Иметь знания и представление об особенностях двигательного	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализироват ь и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллектив ную деятельность, взаимодейст вовать со сверстникам и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	12.03	

			Развитие координационных способностей. Соревнование «Стремительные передачи»	режима школьника в весенний период;						
76.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Повороты переступанием, прыжком, размыкание на ширину поднятых в стороны рук, технику челночного бега.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Иметь представление о влиянии занятий оздоровительно й ходьбой на состояние здоровья человека	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	17.03	
77.	Подвижные игры с элементами баскетбола (учёт)	1	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение,	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелатель	18.03	

			изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) – учёт. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей закрепить технику метания.	броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Иметь знания о влиянии занятий бегом на состояние здоровья человека;	существенные связи и отношения между объектами и процессами.	действия и его результата с заданным эталоном	диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	ности, взаимопомощи и сопереживания		
78.	Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	1	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. Эстафеты с мячами.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	19.03	
79.	Правила техники безопасности	1	Ловля и передача мяча в движении в	Уметь владеть мячом: держание,	Оценивание красоты телосложения и	Оценка - выделение и осознание	Умения активно	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и	1.04	

	при занятиях лёгкой атлетикой: выполнении прыжков, метания и беговых упражнений; кроссовой подготовкой и во время подвижных игр. Игры и эстафеты с мячами. ОРУ типа зарядки.		треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. ТБ.	передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Иметь представление о разнообразии общеразвивающих упражнений	осанки, сравнение их с эталонными образцами.	учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	упорство в достижении поставленных целей		
80.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	2.04	
81.	Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	1	Подвижные игры «Горелки», «Лапта», «Третий лишний» Эстафеты с мячами	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	7.04	

					и военной деятельностью	физической культуры				
82.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Овладей мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	8.04	
83.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	9.04	
84.	Урок-игра. Игры с бегом.	1	Подвижные игры «Горелки»,	Уметь владеть мячом: держание,	Овладение фактами истории развития	Планирование занятий физическими	Умения организовывать	Проявлять положительные качества личности и	14.04	

	Эстафеты с мячами.		«Лапта», «Третий лишний» Эстафеты с мячами	передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	вать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях		
85.	Подвижные игры с элементами баскетбола (учёт)	1	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости (учёт) Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. Кроссовая подготовка – 7 часов	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	15.04	
86.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Равномерный бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Инструктаж по ТБ	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом Иметь представление о пользе физических упражнений для организма младшего школьника	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	16.04	

87.	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами. Метание малого мяча в горизонтальную цель; повторить выполнение многоскоков.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Иметь представление о правилах безопасного поведения при метании	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	21.04	
88.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Равномерный бег 6 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	22.04	
89.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	1	Равномерный бег 6 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	23.04	

			марше». Развитие выносливости.			ем средств физической культуры	общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми			
90.	Урок-игра, соревнование. Эстафета	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Иметь представление о необходимости самоконтроля при занятиях физическими упражнениями	Овладение базовыми предметными и межпредметными и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	28.04	
91.	Шестиминутный бег (учёт)	1	Шестиминутный бег (учёт). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	29.04	
92.	Бег 1 км (учёт)	1	Кросс 1 км. Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Выявление	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника;	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	30.04	

			работающих групп мышц		прогнозирование результата Лёгкая атлетика – 10 ч	использовани ем средств физической культуры	общения и взаимодействия со сверстникам и и взрослыми людьми			
93.	Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом из различных стартов. Игры с бегом и метанием.	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом из различных стартов	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализироват ь и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	6.05	
94.	Метание малого мяча с места в цель с 4-5 метров. Игры с метанием.	1	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игры «Точный расчёт», «Снайперы» Развитие скоростно-силовых качеств. ТБ	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализироват ь и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ но – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстникам и и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	7.05	
95.	Учёт метания малого мяча с места в цель с 4-5 метров. Техника челночного бега.	1	Учёт метания малого мяча с места в цель с 4-5 метров. Техника челночного бега. Игры	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса	Волевая саморегуляци я, контроль в форме сличения способа действия и его	Умения активно включаться в коллектив ную деятельность, взаимодейст	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандарт	12.05	

			«Точный расчёт», «Снайперы» Развитие скоростно-силовых качеств		и результатов деятельности	результата с заданным эталоном	воват ь со сверстникам и в достижении целей	ных)ситуациях и условиях		
96.	Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием.	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом из различных стартов	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализироват ь и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	13.05	
97.	Челночный бег 3х10м (учёт) Бег 30 м с высокого старта.	1	Челночный бег 3х10м (учёт). Игра «Бездомный заяц», «Эстафета зверей». Развитие скоростных и координационн ых способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м и челноком	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандарт ных)ситуациях и условиях	14.05	
98.	Бег 30 м с высокого старта (учёт). Прыжки в длину с места.	1	Бег 30 м с высокого старта (учёт). Прыжок в длину с места.	Уметь правильно выполнять основные движения в	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в	19.05	

			Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств.	ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м	конкретных условий; прогнозирование результата Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.		различных (нестандартных) ситуаций и условиях		
99.	Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом с различными стартов. Игры с бегом и метанием.	1	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом с различными стартов	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	20.05	
100.	Прыжки в длину с места на результат. ОРУ с мячами. Игровые упражнения с малыми мячами. Подтягивание на перекладине.	1	Прыжки в длину с места на результат. ОРУ с мячами. Игровые упражнения с малыми мячами. Подтягивание на перекладине Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-	Уметь правильно выполнять движения в прыжках, правильно приземляться Иметь представление о правилах безопасности поведения при занятиях физическими упражнениями	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	21.05	

			силовых качеств.							
101. 102	Учёт подтягивания на перекладине. ОРУ с мячами.	2	Учёт подтягивания на перекладине. ОРУ с мячами. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно- силовых качеств	Уметь подтягиваться на перекладине	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ но – яркой форме в процессе общения и взаимодейс твия со сверстникам и взрослыми людьми	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	26.05 27.05	
103 104	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с мячами	2	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом с различных стартов	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Иметь знания о правилах безопасности поведения при занятиях физическими упражнениями во дворе, на площадках и водоемах в летнее время;	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующи ми её роль и значение в жизнедеятельнос ти человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использовани ем средств физической культуры	Умения организовы вать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	28.05	

«Согласовано»

на заседании МС

протокол № 1 от 30.08.2019г.

 /Н.В. Гондусова/

«Согласовано»

зам.директора по УВР

 /Н.В. Гондусова/

30.08.2019 г.