

**Частное общеобразовательное учреждение
Международная школа Санкт-Петербурга «Инсайт»**

Рассмотрено и принято
Педагогическим советом
ЧОУ Международная школа
Санкт-Петербурга "Инсайт"
Протокол №6 от 25.05.2022

УТВЕРЖДАЮ

Директор  Н.Е. Алексеева

Приказ № 36.1-од от 25.05.2022



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
1-4 КЛАССЫ**

Уровень общего образования (класс) - начальное общее образование, 1-4 классы

Количество часов - 1 класс-99 ч, 2-4 классы по 102 ч

Учитель: Зеленская Ирина Анатольевна

**Санкт-Петербург
2022**

Программа разработана на основе

- ✓ Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 (далее – ФГОС начального общего образования);
- ✓ Закона Санкт-Петербурга от 17.07.2013 N 461-83 "Об образовании в Санкт-Петербурге";
- ✓ Приказа Минпросвещения России от 22.03.2021 N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования"
<http://www.consultant.ru/law/hotdocs/68762.html/> ;
- ✓ Федеральный перечень учебников, утвержденный приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 № 254;
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573) ;
- ✓ СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021;
- ✓ Распоряжение Комитета по образованию от 15.04.2022 № 804 -р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2022/2023 учебном году»;
- ✓ Учебного плана ЧОУ Международная школа Санкт-Петербурга "Инсайт";
- ✓ Календарного учебного графика ЧОУ Международная школа Санкт-Петербурга "Инсайт".

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

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

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, 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 определённым 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 (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы являются демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогике сотрудничества* – идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере

физической культуры учитель реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

ОПИСАНИЕ МЕСТА ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В рабочей программе на изучение курса «Физическая культура» отводится 405 часа.

На изучение предмета «Физическая культура» в **1 классе** отводится **99 часов** (3 часа в неделю, 33 учебные недели).

На изучение предмета «Физическая культура» во **2-4 классах** отводится по **102 часа** (3 часа в неделю, 34 учебные недели).

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

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 определённые 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.

Структура и содержание учебного предмета задаются в данной программе с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование». Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». Каждый тематический раздел программы

дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «*Общеразвивающие упражнения*». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

При планировании учебного материала программы в соответствии с СанПин (температурный режим) заменять тему «Лыжные гонки» на углубленное освоение содержания тем «Спортивные игры», «Подвижные игры».

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Содержательные линии	Рабочие программы по классам				
	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	Всего
Знания о физической культуре	6				6
Спортивно-оздоровительная деятельность: гимнастика с основами акробатики	37	18	18	18	91
легкая атлетика	22	21	21	24	88
Лыжная подготовка		23	21	18	62
подвижные и спортивные игры	34	40	42	42	158
Итого:	99	102	102	102	405

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа обеспечивает достижение выпускниками начальной школы определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы следующие личностные УУД:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы следующие метапредметные умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметными результатами для 1-4 классов являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств; — оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- 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, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- 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 изменяющихся, вариативных условиях.

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

В результате изучения темы обучающиеся научатся

- называть движения, которые выполняют люди на рисунке;
- изучать рисунки, на которых изображены античные атлеты, и называть виды соревнований, в которых они участвуют;
- раскрывать понятие «физическая культура»; анализировать положительное влияние ее компонентов на укрепление здоровья и развитие человека;
- выполнять разминку, направленную на развитие координации движений;
- соблюдать личную гигиену;
- удерживать дистанцию, темп, ритм;
- различать разные виды спорта;
- держать осанку;

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- составлять комплекс утренней зарядки;
- участвовать в диалоге на уроке;
- умение слушать и понимать других;
- пересказывать тексты по истории физической культур;
- сравнивать физкультуру и спорт эпохи Античности с современными физкультурой и спортом;
- объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- определять цель возрождения Олимпийских игр;
- называть известных российских и зарубежных чемпионов Олимпийских игр;
- правильно выполнять правила личной гигиены;

Гимнастика с элементами акробатики

обучающиеся научатся:

- строиться в шеренгу и колонну;
- размыкаться на руки в стороны;
- перестраиваться разведением в две колонны;
- выполнять повороты направо, налево, кругом;
- выполнять команды «равняйся», «смирно», «по порядку рассчитайсь», «на первый – второй рассчитайсь», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»;
- выполнять разминку, направленную на развитие координации движений;
- запоминать короткие временные отрезки;
- подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа;
- выполнять вис на время;
- проходить станции круговой тренировки;
- выполнять различные перекувырки, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове;
- лазать по канату;
- выполнять висы на перекладине;
- выполнять прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча;
- выполнять вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись;
- исполнять переворот на гимнастических кольцах.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- описывать состав и содержание общеразвивающих упражнений с предметами, составлять комбинации из числа разученных упражнений;
- описывать технику разучиваемых акробатических упражнений;
- осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций;

- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений;
- выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений;
- проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений;
- выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений;
- проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений;
- описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности;
- осваивать технику физических упражнений прикладной направленности;
- оказывать помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализировать их технику;
- оказывать помощь сверстникам в освоении лазанье и перелезании, анализировать их технику, выявлять ошибки и помогать в их исправлении.

Легкая атлетика

Обучающиеся научатся:

- объяснять основные понятия и термины в беге, прыжках, метаниях;
- технике высокого старта;
- пробегать на скорость дистанцию 30м;
- выполнять челночный бег 3х10 м;
- выполнять беговую разминку;
- выполнять метание как на дальность, так и на точность;
- технике прыжка в длину с места;
- выполнять прыжок в высоту с прямого разбега;
- выполнять прыжок в высоту спиной вперед;
- бегать различные варианты эстафет;
- выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

Обучающиеся получат возможность научиться:

- описывать технику беговых упражнений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений;

- осваивать технику бега различными способами;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений;
- проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений;
- описывать технику прыжковых упражнений;
- осваивать технику прыжковых упражнений;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений;
- проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений;
- описывать технику бросков большого набивного мяча;
- осваивать технику бросков большого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча;
- описывать технику метания малого мяча;
- осваивать технику метания малого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.

Лыжная подготовка

Обучающиеся научатся:

- объяснять назначение понятий и терминов, относящихся к бегу на лыжах;
- переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»;
- выполнять ступающий и скользящий шаг как с лыжными палками, так и без них;
- выполнять повороты переступанием как с лыжными палками, так и без них;
- выполнять повороты переступанием как с лыжными палками, так и без них;
- выполнять подъем «полуелочкой» с лыжными палками и без них;

- выполнять спуск под уклон в основной стойке с лыжными палками и без них;

- выполнять торможение падением;
- проходить дистанцию 1,5 км;
- кататься на лыжах «змейкой».

Обучающиеся получают возможность научиться:

- моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах;
- осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов;
- проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения;
- применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой;
- объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов;
- осваивать технику поворотов, спусков и подъемов;
- проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.

Подвижные игры

Обучающиеся научатся:

- играть в подвижные игры;
- руководствоваться правилами игр;
- выполнять ловлю и броски мяча в парах;
- выполнять ведение мяча правой и левой рукой;
- выполнять броски мяча через волейбольную сетку.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;
- излагать правила и условия проведения подвижных игр;
- осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр;
- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;
- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;
- принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;
- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр;
- описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр;
- осваивать технические действия из спортивных игр;

- моделировать технические действия в игровой деятельности;
- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;
- осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности;
- выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности;
- осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения;
- развивать физические качества;
- организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры, осуществлять судейство;
- применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе;
- использовать подвижные игры для активного отдыха.

2 КЛАСС

Знания и о физической культуре

Обучающиеся научатся:

- выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры;
- рассказывать, что такое физические качества.
- рассказывать, что такое режим дня и как он влияет на жизнь человека;
- рассказывать, что такое частота сердечных сокращений;
- выполнять упражнения на улучшение осанки, для укрепления мышц живота и спины, для укрепления мышц стоп ног.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- измерять частоту сердечных сокращений;
- оказывать первую помощь при травмах;
- устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- характеризовать основные части тела человека, формы движений, напряжение и расслабление мышц при их выполнении, работу органов дыхания и сердечно – сосудистой системы во время двигательной деятельности;
- составлять индивидуальный режим дня.

Гимнастика с элементами акробатики

Обучающиеся научатся:

- строиться в шеренгу и колонну;
- выполнять разминку, направленную на развитие координации движений;
- выполнять наклон вперед из положения стоя;
- выполнять подъем туловища за 30с на скорость
- лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет;
- подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа;

- выполнять вис на время;
- проходить станции круговой тренировки;
- выполнять различные перекаты, кувырок вперед с трех шагов, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове;
- лазать по канату;
- выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине;
- выполнять висы не перекладине;
- выполнять прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча;
- вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах;
- переворот назад и вперед на гимнастических кольцах;
- разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой;
- выполнять упражнения у гимнастической стенки, с маленькими мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- описывать состав и содержание общеразвивающих упражнений с предметами, составлять комбинации из числа разученных упражнений;
- описывать технику разучиваемых акробатических упражнений;
- осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений;
- выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений;
- проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений;
- выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений;
- проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений;
- описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности;
- осваивать технику физических упражнений прикладной направленности;

- оказывать помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализировать их технику;
- оказывать помощь сверстникам в освоении лазанья и перелезания, анализировать их технику, выявлять ошибки и помогать в их исправлении.

Легкая атлетика

Обучающиеся научатся:

- объяснять основные понятия и термины в беге, прыжках, метаниях;
- технике высокого старта;
- пробегать на скорость дистанцию 30м;
- выполнять челночный бег 3x10 м;
- выполнять беговую разминку;
- выполнять метание как на дальность, так и на точность;
- технике прыжка в длину с места;
- выполнять прыжок в длину с места и с разбега;
- выполнять прыжок в высоту спиной вперед;
- бегать различные варианты эстафет;
- выполнять броски набивного мяча от груди и снизу;
- метать гимнастическую палку ногой;
- преодолевать полосу препятствий;
- выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту спиной вперед;
- выполнять броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы;
- пробегать 1 км.

Обучающиеся получат возможность научиться:

- описывать технику беговых упражнений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений;
- осваивать технику бега различными способами;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений;
- проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений;
- описывать технику прыжковых упражнений;
- осваивать технику прыжковых упражнений;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений;

- проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений;
- описывать технику бросков большого набивного мяча;
- осваивать технику бросков большого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча;
- описывать технику метания малого мяча;
- осваивать технику метания малого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.

Лыжная подготовка

Обучающиеся научатся:

- объяснять назначение понятий и терминов, относящихся к бегу на лыжах;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них;
- выполнять повороты переступанием на лыжах как с лыжными палками, так и без них;
- выполнять повороты переступанием как с лыжными палками, так и без них;
- выполнять подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке с лыжными палками и без них;
- выполнять торможение падением;
- проходить дистанцию 1,5 км на лыжах;
- передвигаться на лыжах «змейкой»;
- обгонять друг друга;
- играть в подвижную игру «Накаты».

Обучающиеся получают возможность научиться:

- моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах;
- осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов;
- проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения;
- применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой;
- объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов;
- осваивать технику поворотов, спусков и подъемов;
- проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.

Подвижные игры

Обучающиеся научатся:

- играть в подвижные игры;
- руководствоваться правилами игр;
- выполнять ловлю и броски мяча в парах;
- выполнять ведение мяча правой и левой рукой;
- выполнять броски мяча через волейбольную сетку;
- выполнять броски мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху»;
- выполнять броски мяча различными способами;
- участвовать в эстафетах.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;
- излагать правила и условия проведения подвижных игр;
- осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр;
- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;
- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;
- принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;
- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр;
- описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр;
- осваивать технические действия из спортивных игр;
- моделировать технические действия в игровой деятельности;
- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;
- осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности;
- выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности;
- осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения;
- развивать физические качества;
- организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры, осуществлять судейство;
- применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе;

- использовать подвижные игры для активного отдыха.

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

Обучающиеся научатся:

- выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры;
- выполнять строевые упражнения;
- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
- давать ответы на вопросы к рисункам в учебнике.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- выполнять существующие варианты паса мяча ногами;
- соблюдать правила спортивной игры «Футбол»;
- различать особенности игры волейбол, футбол;
- выполнять футбольные и волейбольные упражнения;
- анализировать правила безопасности при проведении закаливающих процедур;
- давать оценку своему уровню закаленности с помощью тестового задания;
- анализировать ответы своих сверстников.

Гимнастика с элементами акробатики

Обучающиеся научатся:

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, гибкости и координации;
- вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом;
- выполнять разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки;
- выполнять упражнения на внимание и равновесие;
- выполнять наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты, отжимания, подъем туловища из положения лежа;
- подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись;
- выполнять перекувырки, кувырок вперед, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад;
- проходить станции круговой тренировки;
- лазать по гимнастической стенке;
- лазать по канату в три приема;
- выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках;
- прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку;
- прыгать в скакалку в тройках;

- выполнять вращение обруча.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- правилам тестирования наклона вперед из положения стоя;
- правилам тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись;
- правилам тестирования виса на время;
- выполнять различные упражнения на кольцах бревне;
- выполнять различные варианты вращения обруча;
- правилам тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с;
- правильно оценивать свое самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками;
- определять основные показатели физического развития и физических способностей и выявлять их прирост в течение учебного года;
- записывать результаты контрольных упражнений в дневник самоконтроля.

Легкая атлетика

Обучающиеся научатся:

- технике высокого старта;
- технике метания мешочка (мяча) на дальность;
- пробегать дистанцию 30 м;
- выполнять челночный бег 3 x 10 м на время;
- прыгать в длину с места и с разбега;
- прыгать в высоту с прямого разбега;
- прыгать в высоту спиной вперед;
- бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой;
- метать мяч на точность;
- проходить полосу препятствий.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- правилам соревнований в беге, прыжках, метаниях;
- продемонстрировать вариативное выполнение упражнений в ходьбе;
- применять вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей;
- описывать технику беговых упражнений;
- осваивать технику бега различными способами;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений
- описывать технику прыжковых упражнений;

- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений;
- проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений;
- описывать технику бросков большого набивного мяча;
- осваивать технику бросков большого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча;
- описывать технику метания малого мяча;
- осваивать технику метания малого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.

Лыжная подготовка

Обучающиеся научатся:

- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом;
- выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком;
- переносить лыжи под рукой и на плече;
- проходить на лыжах 1,5 км;
- подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой»;
- спускаться со склона в основной стойке и в низкой стойке;
- тормозить «плугом»;
- передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой».

Обучающиеся получают возможность научиться:

- моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах;
- осваивать универсальные умения;
- контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов;
- проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций, разученными способами передвижения;
- применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой;
- объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов;

- осваивать технику поворотов, спусков и подъемов;
- проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.

Подвижные и спортивные игры

Обучающиеся научатся:

- давать пас ногами и руками;
- выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой;
- выполнять броски и ловлю мяча различными способами;
- выполнять футбольные упражнения, стойку баскетболиста;
- выполнять ведение мяча на месте, в движении, правой и левой рукой;
- участвовать в эстафетах;
- бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами;
- играть в подвижные игры.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;
- излагать правила и условия проведения подвижных игр;
- осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр;
- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;
- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;
- принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;
- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр;
- описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр;
- осваивать технические действия из спортивных игр;
- моделировать технические действия в игровой деятельности;
- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;
- выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности;
- осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения;
- развивать физические качества.

4 КЛАСС

Знания и о физической культуре

Обучающиеся научатся:

- выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять упражнения для утренней зарядки;
- давать ответы на вопросы к рисункам в учебнике.

Обучающиеся получат возможность научиться:

- выполнять существующие варианты паса мяча ногой;
- соблюдать правила спортивной игры «Футбол»;
- выполнять футбольные и волейбольные упражнения;
- рассказывать историю появления мяча и футбола;
- рассказывать, что такое зарядка и физкультминутка;
- рассказывать, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека;
- анализировать ответы своих сверстников;
- составлять индивидуальный режим дня;
- отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.

Гимнастика с элементами акробатики

Обучающиеся научатся:

- выполнять строевые упражнения;
- выполнять наклон вперед из положения сидя и стоя;
- выполнять различные варианты висов, вис с завесом одной и двумя ногами;
- выполнять кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад;
- выполнять стойку на голове, на руках, на лопатках;
- выполнять мост;
- выполнять упражнения на гимнастическом бревне;
- выполнять упражнения на кольцах;
- выполнять опорный прыжок;
- проходить станции круговой тренировки;
- лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема;
- прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках;
- крутить обруч;
- выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, с мячами, с набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами;
- подтягиваться, отжиматься.

Обучающийся получит возможность научиться:

- правилам тестирования наклона вперед из положения стоя;
- правилам тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись;

- правилам тестирования виса на время;
- выполнять различные упражнения на кольцах бревне;
- выполнять различные варианты вращения обруча;
- правилам тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с;
- правильно оценивать свое самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками;
- определять основные показатели физического развития и физических способностей и выявлять их прирост в течение учебного года;
- записывать результаты контрольных упражнений в дневник самоконтроля;
- осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.
- различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».
- описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.
- осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.
- выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений;
- проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций;
- описывать технику гимнастических упражнений на снарядах;
- осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений;
- выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений;
- описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.

Легкая атлетика

Обучающийся научится:

- пробегать 30 и 60м на время;
- выполнять челночный бег;
- метать мешочек на дальность и мяч на точность;
- прыгать в длину с места и с разбега;
- прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием;
- проходить полосу препятствий;

- бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой;
- пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку.

Обучающийся получит возможность научиться:

- правилам соревнований в беге, прыжках, метаниях;
- описывать технику беговых упражнений;
- осваивать технику бега различными способами;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений;
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений;
- описывать технику прыжковых упражнений.
- осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений;
- выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений;
- осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений;
- проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений;
- описывать технику бросков большого набивного мяча;
- осваивать технику бросков большого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча;
- описывать технику метания малого мяча;
- осваивать технику метания малого мяча;
- соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча;
- проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.

Лыжная подготовка

Обучающийся научится:

- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом;
- выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком;
- переносить лыжи под рукой и на плече;

- проходить на лыжах 1,5 км;
- подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой»;
- спускаться со склона в основной стойке и в низкой стойке;
- тормозить «плугом»;
- передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой».

Обучающийся получит возможность научиться:

- моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах;
- осваивать универсальные умения;
- контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений;
 - выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов;
 - проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций, разученными способами передвижения;
 - применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой;
 - объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов;
 - осваивать технику поворотов, спусков и подъемов;
 - проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.

Подвижные и спортивные игры

Обучающийся научится:

- давать пас ногами и руками;
- выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой;
 - выполнять броски и ловлю мяча различными способами;
 - выполнять футбольные упражнения, стойку баскетболиста;
 - выполнять ведение мяча на месте, в движении, правой и левой рукой;
 - участвовать в эстафетах;
 - бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами;
 - играть в подвижные игры.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;
 - излагать правила и условия проведения подвижных игр;
 - осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр;
 - взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;
 - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;
 - принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
 - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;

- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр;
- описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр;
- осваивать технические действия из спортивных игр;
- моделировать технические действия в игровой деятельности;
- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;
- выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности;
- осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения;
- развивать физические качества.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Акробатические упражнения

Упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекуты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекуты из упора присев назад и боком.

Гимнастические упражнения прикладного характера

Передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью). *Легкая атлетика*

Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

Броски большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

Лыжные гонки

Организуемые команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами. Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом. Повороты переступанием на месте. Спуски в основной стойке. Подъемы ступающим и скользящим шагом. Торможение падением

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:

«У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»:

«Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале раздела «Лыжная подготовка»:

«Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача».

Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

2 класс

Знания о физической культуре

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы физкультурной деятельности

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Организующие команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Легкая атлетика

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:

«Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

На материале раздела «Легкая атлетика»:

«Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Лыжные гонки»:

«Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

3 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

Способы физкультурной деятельности

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

Легкая атлетика

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным.

Поворот переступанием.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча». *На материале раздела «Легкая атлетика»:* «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Быстрый лыжник», «За мной».

На материале спортивных игр:

Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса

шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой».

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

4 класс

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).

Способы физкультурной 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.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.

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 раздела «Лыжные гонки»: «Куда укаатишься за два шага».

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 («Мини-баскетбол»).

Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол».

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Книгопечатная продукция

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: текст с изм. и доп. На 2011 г., / М-во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2011. – 33 с.
2. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России
3. В. И. Лях Физическая культура. Рабочие программы 1-4 классы. – М.: Просвещение, 2014. – 64 с.
4. В. И. Лях Физическая культура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. – М.: Просвещение, 2017. – 176 с.
5. П. А. Киселев, С. Б. Киселева Справочник учителя физической культуры. – Волгоград: «Учитель», 2011. – 251 с.
6. Н. И. Дереклеева Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы. – М.: «ВАКО», 2007. – 152 с.
7. А. Ю. Патрикеев Подвижные игры 1-4 классы. – М.: «ВАКО», 2007. – 112 с.
8. А. Ю. Патрикеев Зимние подвижные игры 1-4 классы. – М.: «ВАКО», 2009. – 176 с.
9. Г. П. Попова Дружить со спортом и игрой. – Волгоград: «Учитель», 2008. – 172 с.
10. Г. П. Болоннов Физкультура в начальной школе. – М.: «ТЦ Сфера», 2005. – 122 с.
11. В. И. Ковалько Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс. – М.: «ВАКО», 2006. – 224 с.

Технические средства обучения

1. Музыкальный центр
2. Аудиозаписи

Учебно-практическое оборудование

1. Канат
2. Стенка гимнастическая
3. Тренировочные баскетбольные щиты
4. Набивные мячи
5. Мячи: малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
6. Гимнастические палки
7. Скакалки детские
8. Гимнастические маты
9. Кегли
10. Обручи пластиковые детские
11. Рулетка измерительная
12. Лыжи детские с креплениями и палками
13. Аптечка

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 1 КЛАСС

Автор учебника: Лях В.И.

№	Дата		Тема урока	Элементы содержания урока	Планируемые результаты		
	по плану	по факту			предметные	метапредметные	личностные
Знания о физической культуре (1 час)							
1			Организационно-методические указания. Вводный инструктаж. Занятие на улице	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение и/у; п/и «Ловишка».	Научить строиться в шеренгу и колонну; ознакомление с организационно-методическими требованиями; разучивание п/и «Ловишка».	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения учебных задач. <i>Коммуникативные УУД:</i> Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.	Формирование основ гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, осознание своей этнической и национальной принадлежности.
Лёгкая атлетика (4 часа)							
2			Тестирование бега на 30 м с высокого старта. В парке	Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйся», «мирно». Тестирование бега высокого старта. П/и «Ловишка».	Повторение построения в шеренгу и колонну. Разучивание поворотов направо и налево на месте. Разучивание разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м/с высокого старта. Повторение п/и «Ловишка».	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить. <i>Познавательные УУД:</i> Устанавливать аналогии, формулировать собственное мнение и позицию, выделять существенную информацию. <i>Коммуникативные УУД:</i> Строить понятные для партнёра высказывания; владеть диалогической формой речи.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
3			Техника челночного бега. На территории школы	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; п/и «Прерванные пятнашки».	Повторение строевых упражнений; проведение разминки в движении; знакомство с техникой челночного бега; разучивание п/и «Прерванные пятнашки».	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей. <i>Познавательные УУД:</i>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла

						Принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления. <i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы; контролировать действия партнёра.	учения.
4			Техника челночного бега. В парке	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; п/и «Прерванные пятнашки».	Повторение строевых упражнений; проведение разминки в движении; закрепление техники челночного бега; повторение п/и «Прерванные пятнашки».	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей. <i>Познавательные УУД:</i> Принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления. <i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы; контролировать действия партнёра.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
5			Тестирование челночного бега 3x10 м. В парке	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3x10 м с высокого старта; п/и «Прерванные пятнашки».	Знакомство с понятием «дистанция». Разучивание разминки на месте. Проведение тестирования челночного бега 3x10 м с высокого старта. Повторение п/и «Прерванные пятнашки».	<i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. <i>Познавательные УУД:</i> Понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности <i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы, контролировать себя и товарища.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
Знания о физической культуре (1 час)							
6			Возникновение физической культуры и спорта. Игра	Удержание дистанции. Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. П/и «Гуси – лебеди».	Повторение «дистанция». Знакомство с тем, как возникли физическая культура и спорт. Разучивание разминки в движении и п/и «Гуси – лебеди».	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Использовать знаково-символические средства, в том	Формирование основ гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, осознание своей этнической и национальной принадлежности.

						числе модели и схемы, для решения учебных задач <i>Коммуникативные УУД:</i> Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.	
Лёгкая атлетика (3 часа)							
7			Тестирование метания мешочка на дальность. Прогулка на свежем воздухе	Строевые команды «направо» и «налево», «на первый-второй рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. П/и «Гуси – лебеди».	Повторение поворотов направо и налево. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Проведение тестирования метания мешочка на дальность. Повторение п/и «Гуси – лебеди».	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей. <i>Познавательные УУД:</i> Принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск средств ее осуществления. <i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы; контролировать действия партнёра.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
8			Русская народная п/и «Горелки» В парке	Строевые команды «направо» и «налево», «на первый-второй, «на руки» рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. П/и «Горелки»	Знакомство с размыканием на руки в стороны. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Знакомство с правилами игры «Горелки». Разучивание упражнения на развитие внимания и равновесия	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать учебную задачу урока, стремиться её выполнить. <i>Познавательные УУД:</i> Использование различных способов поиска учебной информации. <i>Коммуникативные УУД:</i> Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
9			Русская народная п/и «Горелки». На территории школы	Строевые команды «направо» и «налево», «на первый-второй, «на руки» рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. П/и «Горелки».	Повторить размыкание на руки в стороны. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Закрепить правила игры «Горелки». Разучивание упражнения на развитие внимания и равновесия.	<i>Регулятивные УУД:</i> Понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить; планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей. <i>Познавательные УУД:</i> Принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

						поиск средств ее осуществления. <i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы; контролировать действия партнёра.	
Знания о физической культуре (3 часа)							
10			Олимпийские игры. Парк	Рассказ об Олимпийских играх – символике и традициях. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. П/и «Колдунчики».	Знакомство с Олимпийскими играми, олимпийскими символами и традициями. Разучивание разминки с мешочками. Знакомство с техникой метания мешочка на дальность, с правилами игры «Колдунчики».	<i>Коммуникативные УУД :</i> С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, о правилах проведения п/и «Колдунчики».	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
11			Что такое физическая культура? Игры	Рассказ о физической культуре. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. П/и «Колдунчики».	Знакомство с понятием «физическая культура». Повторение разминки с мешочками. Закрепление техники метания мешочка на дальность. Повторение правил игра «Колдунчики».	<i>Коммуникативные УУД:</i> С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, о правилах проведения п/и «Колдунчики».	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
12			Темп и ритм. Соревнования на улице	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила п/и «Салки» и «Мышеловка».	Знакомство с понятиями «темп» и «ритм». Разучивание разминки в кругу, подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	<i>Коммуникативные УУД:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

						цель; искать и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные УУД:</i> уметь рассказать о темпе и ритме, о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка».	
Подвижные игры (2 часа)							
13			Подвижная игра «Мышеловка». В парке	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом. Разминка в движении. П/и «Салки» и «Мышеловка».	Повторение понятий «темп» и «ритм». Проведение разминки в движении. Повторение подвижных игр «Салки» и «Мышеловка». Знакомство с усложнёнными вариантами «Мышеловки».	<i>Коммуникативные УУД:</i> С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказывать о темпе и ритме, рассказать о правилах проведения п/и «Салки» и «Мышеловка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживание чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
14			Подвижная игра «Мышеловка». На территории школы	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом. Разминка в движении. П/и «Салки» и «Мышеловка»	Повторение понятий «темп» и «ритм». Проведение разминки в движении. Повторение подвижных игр «Салки» и «Мышеловка». Повторение усложнённого варианта «Мышеловки»	<i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. <i>Познавательные УУД:</i> Понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности <i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы, контролировать себя и товарища.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
Знания о физической культуре (1 час)							
15			Личная гигиена человека. Беседа	Гигиена человека. Разминка в движении.	Знакомство с понятием «гигиена».	<i>Коммуникативные УУД:</i> С достаточной полнотой и	Развитие мотивов учебной деятельности и

				Техника выполнения высокого старта. Команды «на старт», «внимание», «марш». П/и «Салки с домиками».	Проведение разминки в движении. Разучивание п/и «Салки с домиками». Знакомство с техникой высокого старта и командами «на старт», «внимание», «марш».	точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <i>Регулятивные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказывать о личной гигиене человека, о правилах проведения п/и «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта.	формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
Лёгкая атлетика (1 час)							
16			Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижные игры	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. П/и «Два Мороза».	Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования метания малого мяча на точность. Разучивание п/и «Два Мороза».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказывать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность и правила проведения п/и «Два Мороза».	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
Гимнастика с элементами акробатики (3 часа)							
17			Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. П/и «Два Мороза». Упражнение на запоминание	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Повторение п/и «Два Мороза». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка	<i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. <i>Познавательные УУД:</i> Понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

						<i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы, контролировать себя и товарища.	
18			Наклоны вперёд из положения стоя. Игра	Разминка, направленная на развитие гибкости. Выполнение наклона вперед из положения стоя. П/и «Два Мороза». Упражнения на запоминание.	Закрепление разминки, направленной на развитие гибкости. Выполнение наклона вперед из положения стоя. Повторение п/и «Два Мороза». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка	<i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. <i>Познавательные УУД:</i> Понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности <i>Коммуникативные УУД:</i> Задавать вопросы, контролировать себя и товарища.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
19			Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с. В парке	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с. П/и «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного отрезка.	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирования подъёма туловища из положения лёжа за 30 с. Разучивание игры «Волк во рву». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказывать о проведении тестирования подъёма туловища из положения лёжа и о правилах проведения п/и «Волк во рву».	Развитие этических чувств, доброжелательности, и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность.
Легкая атлетика (1 час)							
20			Тестирование прыжка в длину с места.	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, п/и «Волк во рву».	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места. Повторение п/и «Волк во рву».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказывать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения п/и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и осмысление социальной роли; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

						«Волк во рву».	
Гимнастика с элементами акробатики (5 часов)							
21			Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа.	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа. П/и «Охотник и зайцы».	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа. П/и «Охотник и зайцы».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказывать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа и о правилах проведения п/и «Охотник и зайцы».	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
22			Тестирование виса на время. Подвижные игры	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. П/и «Охотник и зайцы».	Проведение разминки у гимнастической стенки, тестирование виса на время. Повторение п/и «Охотник и зайцы».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказывать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа и о правилах проведения п/и «Охотник и зайцы».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
23			Стихотворное сопровождение на уроках	Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Разучивание подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

						<p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	
24			<p>Стихотворное сопровождение на уроках. Веселые старты</p>	<p>Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	<p>Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Повторение подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
25			<p>Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений.</p>	<p>Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	<p>Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Повторение подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>

						подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».	
Подвижные игры (11 часов)							
26			Ловля и броски мяча в парах.	Разминки с мячами. Упражнения с мячами в парах. П/и «Осада города».	Разучивание разминки с мячами, упражнений с мячом в парах, п/и «Осада города».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнёра; уметь видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения п/и «Осада города».	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
27			Подвижная игра «Осада города».	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. П/и «Осада города».	Повторение разминки с мячами. Упражнения с мячами в парах. П/и «Осада города».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнёра; уметь видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения п/и «Осада города».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
28			Индивидуальная работа с мячом.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля.	Разучивание разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов

				П/и «Осада города».	Повторение п/и «Осада города».	сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Осада города».	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
29			Индивидуальная работа с мячом.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля. П/и «Осада города».	Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Повторение п/и «Осада города».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Осада города».	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
30			Школа укрощения мяча.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля. П/и «Вышибалы».	Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Разучивание п/и «Вышибалы»	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные УУД:</i>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

						Уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Вышибалы».	
31			Школа укрощения мяча.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение мяча, броски, ловля. П/и «Вышибалы».	Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Разучивание п/и «Вышибалы».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы: уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Вышибалы».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
32			Подвижная игра «Ночная охота».	Разминка с мячами. Упражнения с мячом; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. П/и «Ночная охота».	Разучивание новой разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Разучивание п/и «Ночная охота».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Ночная охота».	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
33			Подвижная игра «Ночная охота».	Разминка с мячами. Упражнения с мячом; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. П/и «Ночная охота».	Закрепление новой разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,

					Закрепление п/и «Ночная охота».	совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Ночная охота».	умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
34			Глаза закрывай – упражненье начинай.	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. П/и «Ночная охота».	Разучивание разминки с закрытыми глазами. Проведение упражнений с мячом; ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Повторение п/и «Ночная охота».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения п/и «Ночная охота»; знать , как выполняются упражнения с закрытыми глазами.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
35			Подвижные игры.	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников.	Повторение разминки с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

						Формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполняются упражнения с закрытыми глазами.	
36			Подвижные игры.	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников.	Повторение разминки с закрытыми глазами. Понимание, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполняются упражнения с закрытыми глазами.</p>	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
Гимнастика с элементами акробатики (23 часа)							
37			Перекаты.	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. П/и «Удочка».	Разучивание разминки на матах, техники выполнения группировки, перекаатов, п/и «Удочка».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекааты; играть в п/и «Удочка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; сопереживания чувствам других людей.
38			Разновидности перекаатов.	Разминка на матах. Группировка. Перекааты. П/и «Удочка».	Повторение разминки на матах, техники выполнения группировки. Разучивание и повторение перекаатов. Повторение п/и «Удочка».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i></p>	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить

						Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в п/и «Удочка».	выходы из спорных ситуаций.
39			Техника выполнения кувырка вперёд.	Разминка на матах. Кувырок вперёд. П/и «Удочка».	Проведение разминки на матах. Повторение перекатов. Разучивание техники выполнения кувырка вперед. Повторение п/и «Удочка».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в п/и «Удочка».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
40			Техника выполнения кувырка вперёд.	Разминка на матах. Кувырок вперёд. П/и «Удочка».	Проведение разминки на матах. Повторение перекатов. Повторение техники выполнения кувырка вперед. Повторение п/и «Удочка».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперёд и играть в подвижную игру «Удочка».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
41			Кувырок вперед.	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Успей»	Познакомить с понятием осанки. Проведение разминки на матах.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных

				убрать».	Повторение перекатов, техники выполнения кувырка вперед. Разучивание подвижной игры «Успей убрать».	индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка».	социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
42			Стойка на лопатках, «мост».	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки».	Повторение понятия «осанка». Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Волшебные елочки».	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
43			Стойка на лопатках, «мост» (совершенствование).	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Повторение стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки»	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Вол-	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

						шебные елочки».	
44			Стойка на голове.	Разминка на матах с резиновыми кольцами Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение.	Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание техники выполнения стойки на голове.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
45			Лазанье по гимнастической стенке.	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение	Проведение разминки на матах с резиновыми кольцами. Повторение техники выполнения стойки на голове. Проведение лазанья по гимнастической стенке, игрового упражнения на матах	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
46			Перелазание на гимнастической стенке.	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелазание на гимнастической	Проведение разминки с гимнастическими палками. Повторение техники выполнения стойки на	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных

				стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед. Игровое упражнение.	голове и кувырка вперед. Проведение лазанья и перелезания на гимнастической стенке, игрового упражнения на матах	отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание.	социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
47			Висы на перекладине.	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине. Подвижная игра «Удочка».	Проведение разминки с гимнастическими палками, лазанья и перелезания на гимнастической стенке. Разучивание различных висов на перекладине. Проведение подвижной игры «Удочка».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятия и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
48			Круговая тренировка.	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на	Проведение разминки с гимнастическими палками, лазанья и перелезания на гимнастической стенке, кувырков вперед, перекатов, висов, стойки на голове,	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать

				согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение.	игрового упражнения на внимание.	<i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию.	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
49			Прыжки со скакалкой.	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель».	Проведение разминки со скакалкой. Разучивание прыжков со скакалкой и в скакалку. Проведение подвижной игры «Шмель».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
50			Прыжки в скакалку.	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель».	Проведение разминки со скакалкой. Повторение прыжков со скакалкой и в скакалку. Проведение подвижной игры «Шмель».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные УУД:</i>	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

						Уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель».	
51			Круговая тренировка.	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет».	Проведение разминки со скакалкой, круговой тренировки. Разучивание подвижной игры «Береги предмет».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет».</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
52			Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах.	Разминка со скакалкой. Вис углом и вис согнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву».	Проведение разминки со скакалкой. Разучивание вися углом и вися согнувшись на гимнастических кольцах. Повторение подвижной игры «Волк во рву».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву».</p>	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

53			Вис прогнувшись на гимнастических кольцах.	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах.	Проведение разминки с резиновыми кольцами. Повторение вися углом и вися согнувшись на гимнастических кольцах. Разучивание вися прогнувшись на гимнастических кольцах. Повторение подвижной игры «Волк во рву».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
54			Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах.	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки».	Проведение разминки с резиновыми кольцами. Повторение вися углом, вися согнувшись, вися прогнувшись на гимнастических кольцах. Разучивание переворота назад и вперед на гимнастических кольцах, подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
55			Вращение обруча.	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис	Проведение разминки с обручами. Повторение вися углом, вися согнувшись,	<i>Коммуникативные УУД:</i> Владеть монологической и диалогической формами речи в	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и

				прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки».	виса прогнувшись, переворотов вперед и назад на гимнастических кольцах. Разучивание вращения обруча. Повторение подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки»	соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, перевог вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки».	сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
56			Обруч — учимся им управлять.	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»	Проведение разминки с обручами. Совершенствование техники выполнения виса углом, виса согнувшись, виса прогнувшись, переворотов вперед и назад на гимнастических кольцах. Повторение вращения обруча, подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки»	<i>Коммуникативные УУД:</i> Владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, перевог вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
57			Круговая тренировка.	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры.	Проведение разминки с массажными мячами, круговой тренировки, подвижных игр по желанию учеников.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. <i>Регулятивные УУД:</i>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.

						<p>Формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры.</p>	
58			Круговая тренировка.	<p>Разминка с массажными мячами.</p> <p>Круговая тренировка.</p> <p>Подвижные игры.</p>	<p>Проведение разминки с массажными мячами, круговой тренировки, подвижных игр по желанию учеников.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры.</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
59			Лазанье по канату.	<p>Разминка с гимнастическими палками.</p> <p>Лазанье по канату.</p> <p>Подвижная игра «Белки в лесу».</p>	<p>Разучивание разминки с гимнастическими палками.</p> <p>Проведение лазанья по канату. Разучивание подвижной игры «Белки в лесу».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций.</p>

Подвижные игры (1 час)							
60			Подвижная игра «Белочка - защитница».	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по канату. П/и «Белочка – защитница».	Повторение разминки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по канату. Разучивание п/и «Белочка-защитница».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций.
Гимнастика с элементами акробатики (2 часа)							
61			Прохождение полосы препятствий.	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница».	Разучивание разминки на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию, уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в п/и «Белочка-защитница».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
62			Прохождение усложненной полосы препятствий.	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница».	Повторение разминки на гимнастических скамейках. Преодоление усложненной полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей;

						самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию, уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в п/и «Белочка-защитница».	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
Лёгкая атлетика (4 часа)							
63			Техника прыжка в высоту с прямого разбега.	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны».	Разучивание разминки на гимнастических скамейках, техники прыжка в высоту с прямого разбега, подвижной игры «Бегуны и прыгуны».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Добыть недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию, уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в п/и «Бегуны и прыгуны».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
64			Прыжок в высоту с прямого разбега.	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны».	Повторение разминки на гимнастических скамейках. Совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега. Повторение подвижной игры «Бегуны и прыгуны».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные УУД:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,

						Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны».	умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций.
65			Прыжок в высоту спиной вперед.	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Подвижная игра «Грибы-шалуны».	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Разучивание техники прыжка в высоту спиной вперед, подвижной игры «Грибы-шалуны».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию, уметь сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в п/и «Грибы шалуны».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
66			Прыжки в высоту.	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту с прямого разбега. П/и «Грибы - шалуны».	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Совершенствование техники прыжков в высоту спиной вперед и с прямого разбега. Повторение п/и «Грибы - шалуны».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> уметь Выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»</p>	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.
Подвижные игры (13 часов)							

67			Броски и ловля мяча в парах.	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. П/и «Котёл».	Проведение разминки с мячом. Разучивание различных вариантов бросков и ловли мяча, п/и «Котёл».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Котел».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций.
68			Броски и ловля мяча в парах.	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. П/и «Котёл».	Проведение разминки с мячом. Повторение различных вариантов бросков и ловли мяча, п/и «Котёл».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Котел».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций.
69			Броски и ловля мяча в парах.	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. П/и «Котёл».	Проведение разминки с мячом. Повторение различных вариантов бросков и ловли мяча, п/и «Котёл».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i> формировать умение адекватно оценивать свои действия и	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

						<p>действия партнера; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Котел».</p>	
70			Ведение мяча.	<p>Разминка с мячом. Броски и ловля мяча, различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>	<p>разминки с мячом. Выполнение различных вариантов бросков и ловли мяча. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки».</p>	<p>Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>
71			Ведение мяча в движении.	<p>Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты.</p>	<p>Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Знакомство с эстафетами.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>

						рукой в движении, участвовать в эстафетах.	
72			Ведение мяча в движении.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты.	Проведение разминки с мячом. Совершенствование техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Знакомство с эстафетами.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
73			Эстафеты с мячом.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом.	Разучивание разминки с мячом. Совершенствование техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет с мячом.	<i>Коммуникативные УУД:</i> С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах.	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.
74			Подвижные игры с мячом.	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антивышибалы».	Повторение разминки с мячом, подвижной игры «Охотники и утки». Разучивание подвижной игры «Антивышибалы»	<i>Коммуникативные УУД:</i> Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. <i>Регулятивные УУД:</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, сопереживания

						<p>Формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Антивышибалы».</p>	<p>чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p>
75			Подвижные игры	<p>Разминка с мячом. Подвижные игры. Подведение итогов четверти.</p>	<p>Проведение разминки с мячом, подвижных игр. Подведение итогов четверти</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p>
76			Броски мяча через волейбольную сетку.	<p>Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами».</p>	<p>Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Разучивание подвижной «Забросай противника мячами».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку;</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты.</p>

						играть в подвижную «Забросай противника мячами».	
77			Точность бросков мяча через волейбольную сетку.	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Повторение подвижной игры «Забросай противника мячами».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты.
78			Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Разучивание подвижной игры «Вышибалы через сетку».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».</p>	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
79			Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций.	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвижная	Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Повторение	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Владеть монологической и диалогической формами речи.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и

			игра «Вышибалы через сетку».	подвижной игры «Вышибалы через сетку».	понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».	формирование личностного смысла учения.
Легкая атлетика (2 часа)						
80		Бросок набивного мяча от груди.	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Разучивание разминки с набивными мячами. Техника броска набивного мяча от груди. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
81		Бросок набивного мяча снизу.	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Повторение разминки с набивными мячами, техники броска набивного мяча от груди. Разучивание броска набивного мяча снизу. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и

						препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
Подвижные игры (1 час)							
82			Подвижная игра «Точно в цель».	Разминка с малыми с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди снизу. П/и «Точно в цель».	Разучивание разминки с малыми мячами. Повторение техники броска набивного мяча от груди снизу. Разучивание правил п/и «Точно в цель».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный образ жизни.
Гимнастика с элементами акробатики (2 часа)							
83			Тестирование вися на время.	Разминка с малыми с малыми мячами. Тестирование вися на время. П/и «Точно в цель».	Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования вися на время. Повторение правил игры «Точно в цель».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

						малыми мячами, тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель».	
84			Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки».	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Разучивание правил подвижной игры «Собачки».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
Лёгкая атлетика (1 час)							
85			Тестирование прыжка в длину с места.	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки».	Проведение беговой разминки, тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Собачки».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
Гимнастика с элементами акробатики (2 часа)							
86			Тестирование подтягивания на низкой перекладине.	Разминка в движении. Тестирование	Проведение разминки в движении, тестирования	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное</p>	Развитие этических чувств,

				подтягивания на низкой перекладине. П/и «Лес, болото, озеро».	подтягивания на низкой перекладине. Разучивание подвижной игры «Лес, болото, озеро».	отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро».	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
87			Тестирование подъема туловища за 30 с.	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро».	Проведение разминки в движении, тестирования подъема туловища за 30 с. Повторение подвижной игры «Лес, болото, озеро».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
Лёгкая атлетика (2 часа)							
88			Техника метания на точность.	Разминка с мешочками. Техника метания различных предметов на точность. Подвижная игра «Ловишки с мешочком на голове».	Проведение разминки с мешочками. Разучивание техники броска различных предметов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и

						<p>контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».</p>	<p>личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>
89			<p>Тестирование метания малого мяча на точность.</p>	<p>Разминка с мешочками. Тестирование метания малого мяча на точность. П/и «Ловишка с мешочком на голове».</p>	<p>Проведение разминки с мешочками, тестирования метания малого мяча на точность. Повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>
Подвижные игры (1 час)							
90			<p>Подвижные игры для зала.</p>	<p>Разминка с игровым упражнением «Запрещённое движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие.</p>	<p>Проведение разминки с игровым упражнением «Запрещённое движение», подвижных игр для зала и игрового упражнения на равновесие.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку с</p>	<p>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</p>

						игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала.	спорных ситуаций.
Лёгкая атлетика (4 часа)							
91			Беговые упражнения.	Разминка в движении. Беговые упражнения. П/и «Колдунчики».	Проведение разминки в движении. Разучивание различных беговых упражнений. Повторение п/и «Колдунчики».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образам и заданному примеру.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
92			Тестирование бега на 30 м/с высокого старта.	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м/с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики».	Повторение разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м/с высокого старта. Разучивание подвижной игры «Хвостики».	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
93			Тестирование челночного бега 3x10 м.	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3x10 м. Подвижная игра	Проведение разминки в движении, тестирования челночного бега 3x10 м. Разучивание подвижной	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-

				«Бросай далеко, собирай быстрее».	игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	кооперации; формировать уважение к иной точке зрения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» движение».	ственной 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.
94			Тестирование метания мешочка на дальность.	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. П/и «Бросай далеко, собирай быстрее».	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования метания мешочка на дальность. Повторение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
Подвижные игры (5 часов)							
95			Командная подвижная игра «Хвостики».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка».	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Разучивание правил командной подвижной игры «Хвостики». Повторение подвижной игры «Совушка».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные УУД:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со

						<p>Формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка».</p>	<p>сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
96			Русская народная подвижная игра «Горелки».	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц».</p>	<p>Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Повторение правил подвижной игры «Горелки». Разучивание подвижной игры «Игра в птиц».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц».</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
97			Командные подвижные игры.	<p>Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостики», «День и ночь».</p>	<p>Проведение разминки в движении. Повторение правил п/и «Хвостики». Разучивание п/и «День и ночь».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»</p>	<p>Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>
98			Подвижные игры с мячом.	<p>Разминка в движении. Подвижные игры «Вышибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом».</p>	<p>Проведение разминки в движении. Повторение правил п/и «Вышибалы», «Ловишки», разучивание игры «Игра в птиц с мячом».</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную</p>	<p>Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>

						<p>цель. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом».</p>	
99			Подвижные игры.	<p>Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов учебного года.</p>	<p>Проведение разминки в виде подвижной игры «Салки», 3-4 подвижных игр по желанию учеников. Подведение итогов учебного года.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формировать уважение к иной точке зрения. <i>Регулятивные УУД:</i> Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p>

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 2 КЛАСС

Автор учебника: Лях В.И.

№	Дата		Тема урока	Элементы содержания урока	Планируемые результаты		
	по плану	по факту			предметные	метапредметные	личностные
Легкая атлетика (11 часов)							
1			Ходьба и бег. Инструктаж по ТБ	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Введение и объяснение понятий разметка, препятствие, ускорение. Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Инструктаж по ТБ.	Знать разновидности ходьбы. Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
2			Ходьба и бег.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Закрепление понятий разметка, препятствие, ускорение. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

						максимальной скоростью до 60 м.	
3			Ходьба и бег.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
4			Ходьба и бег.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

						<p>эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.</p>	
5			Ходьба и бег.	<p>Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей.</p>	<p>Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>
6			Прыжки. Инструктаж по ТБ	<p>Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.</p>	<p>Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>

						<p>эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.</p>	
7			Прыжки.	<p>Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.</p>	<p>Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>
8			Прыжки.	<p>Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.</p>	<p>Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>

9			Метание.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
10			Метание.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Описывать технику метания малого мяча и набивного. Осваивать технику метания малого мяча и набивного. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча и набивного. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

11			Метание.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления». Развитие скоростно-силовых способностей.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов)							
12			Акробатика. Строевые упражнения.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Осуществление учебных действий – использовать речь для регуляции своего действия.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.</p>	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой.
13			Акробатика. Строевые упражнения.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические	<i>Коммуникативные УУД:</i> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за	Проявляют положительное отношение к школе, к

				колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов.	элементы – кувырки, стойки, пережаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	помощью, слушать собеседника <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	занятиям физической культурой.
14			Акробатика. Строевые упражнения.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, пережаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой.
15			Акробатика. Строевые упражнения.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Кувырок в	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, пережаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Формируют самооценку на основе успешной деятельности и показателей результатов.

				сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей.			
16			Акробатика. Строевые упражнения.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Формировать самооценку на основе успешной деятельности и показателей результатов.
17			Акробатика. Строевые упражнения.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Игра «Фигуры».	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Формировать самооценку на основе успешной деятельности и показателей результатов.
18			Висы. Строевые упражнения.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

				скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.		<i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	
19			Висы. Строевые упражнения.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
20			Висы. Строевые упражнения.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
21			Висы. Строевые упражнения.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

				скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.		реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	
22			Висы. Строевые упражнения.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
23			Висы. Строевые упражнения.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
24			Опорный прыжок. Лазание.	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач <i>Регулятивные УУД:</i>	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.

				животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей.		Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	
25			Опорный прыжок. Лазание.	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач <i>Регулятивные УУД:</i> целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.
26			Опорный прыжок. Лазание.	Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач <i>Регулятивные УУД:</i> целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
27			Опорный прыжок. Лазание.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке и бревне, на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач. <i>Регулятивные УУД:</i> целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

				гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей.		<i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	
28			Опорный прыжок. Лазание.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке и бревне, на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач <i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
29			Опорный прыжок. Лазание.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка».	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке и бревне, на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач <i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

				Развитие координационных способностей.			
Подвижные игры (13 часов)							
30			Подвижные игры	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
31			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
32			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.

					предупреждения травматизма во время занятий.	в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	
33			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
34			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
35			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.

					травматизма во время занятий.	задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	
36			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
37			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Попади в мяч», «Верёвочка под ногами». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
38			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Научится: организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.

						<i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	
39			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Научится: организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
40			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
41			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i>	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.

						Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	
42			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие.
Лыжная подготовка (23 часа)							
43			Вводный. Ознакомление с техникой передвижения на лыжах.	познакомить с правилами поведения и мерами безопасности при пере носке лыж и лыжных палок, надевании ботинок и вставлении в крепление, при катании на равнине, на спусках и подъемах.	выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Ознакомится с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией – адекватно использовать речь. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Искать и выделять необходимую информацию из различных источников.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
44			Ознакомление с техникой передвижения на лыжах.	познакомить с правилами поведения и мерами безопасности при пере носке лыж и лыжных палок, надевании ботинок и вставлении в крепление, при катании на равнине, на спусках и подъемах.	выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Ознакомится с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией – адекватно использовать речь. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Информационные – искать и выделять необходимую информацию из различных источников.	Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
45			Ознакомление с техникой передвижения	познакомить с правилами поведения	выполнять упражнения на развитие физических	<i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией –	Развитие навыков сотрудничества с

			на лыжах.	и мерами безопасности при пере носке лыж и лыжных палок, надевании ботинок и вставлении в крепление, при катании на равнине, на спусках и подъемах.	качеств (силы, быстроты, выносливости). Ознакомится с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря.	адекватно использовать речь. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Информационные – искать и выделять необходимую информацию из различных источников.	взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
46			Совершенствование техники выполнения скользящего шага.	Учить скользящему шагу на лыжах.	Техника скольжения на одной лыже (если правая нога впереди, то левая рука выносится вперед и наоборот).	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание. <i>Регулятивные УУД:</i> Коррекция – адекватно воспринимать предложения учителя и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. <i>Познавательные УУД:</i> Общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
47			Отработка техники скользящего шага.	Учить скользящему шагу на лыжах; учить выполнять передвижения на лыжах, правильному толчку во время скольжения.	Скользить на одной лыже (если правая нога впереди, то левая рука выносится вперед и наоборот) выполнять упражнение толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Коррекция – вносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

						<i>Познавательные УУД:</i> Общеучебные – использовать общие приемы решения задач.	
48			Совершенствование техники выполнения скользящего шага.	Учить скользящему шагу на лыжах; учить выполнять передвижения на лыжах, правильному толчку во время скольжения.	Скользить на одной лыже (если правая нога впереди, то левая рука выносится вперед и наоборот) выполнять упражнение толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Коррекция – вносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. <i>Познавательные УУД:</i> Общеучебные – использовать общие приемы решения задач.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
49			Отработка техники скользящего шага.	Закреплять учебный материал по лыжной подготовке. Повторить, что такое лыжи, лыжные палки и другой инвентарь Научится: называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги.	Уметь называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. <i>Познавательные УУД:</i> Общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.
50			Скользящий шаг без палок.	Закреплять учебный материал по лыжной подготовке. Повторить, что такое лыжи, лыжные палки и другой инвентарь	Уметь называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное	Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.

				<p>Научится: называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги.</p>		<p>мнение. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. <i>Познавательные УУД:</i> Общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p>	
51			<p>Совершенствование скользящего шага без палок</p>	<p>Закреплять учебный материал по лыжной подготовке. Повторить, что такое лыжи, лыжные палки и другой инвентарь</p> <p>Научится: называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги.</p>	<p>Уметь называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. <i>Познавательные УУД:</i> Общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>
52			<p>Совершенствование скользящего шага без палок</p>	<p>Научится называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; уметь выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения.</p>	<p>Учиться передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег; выполнять подъем.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. умения принимать и сохранять учебную задачу, <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах.</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>

						<p><i>Познавательные УУД:</i> Осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке; выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.</p>	
53			<p>Формирование навыков ходьбы на лыжах</p>	<p>Научится называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения.</p>	<p>Учиться передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег; выполнять подъем.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. умения принимать и сохранять учебную задачу, <i>Регулятивные УУД:</i> учитывать правило в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке; выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>
54			<p>Подъем и спуск со склона.</p>	<p>Научится называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения.</p>	<p>Учиться передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег; выполнять подъем.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. умения принимать и сохранять учебную задачу, <i>Регулятивные УУД:</i> учитывать правило в планировании</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>

						и контроле способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке; выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.	
55			Подъем и спуск со склона.	Научится называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения.	Учиться передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег; выполнять подъем.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. умения принимать и сохранять учебную задачу, <i>Регулятивные УУД:</i> учитывать правило в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать оценку учителя; оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке; выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.	Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.
56			Отработка подъема и спуска со склона	Повороты на месте. Попеременно	Уметь выявлять характерные ошибки в	<i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в	Мотивация к учебной деятельности,

				<p>двухшажный ход без палок, с палками. Подъем елочкой. Спуск со склона. Игра «Кто быстрее взойдет в гору».</p>	<p>технике выполнения лыжных ходов. Проявлять выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.</p>	<p>диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).</p>	<p>формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>
57			Лыжный кросс	<p>Повороты на месте. Попеременно двухшажный ход без палок, с палками. Подъем елочкой. Спуск со склона. Прохождение дистанции 1 км.</p>	<p>Уметь выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявлять выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости);</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>

						умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).	
58			Закрепление техники передвижения на лыжах.	Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.	Освоили универсальное умение передвижения на лыжах. Умеют выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).</p>	Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.
59			Закрепление техники передвижения на лыжах.	Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.	Освоили универсальное умение передвижения на лыжах. Умеют выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на</p>	Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.

						<p>лыжах.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).</p>	
60			<p>Совершенствование техники передвижения на лыжах</p>	<p>Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.</p>	<p>Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Переносить и надевать лыжный инвентарь.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>
61			<p>Развитие выносливости при ходьбе и беге на лыжах.</p>	<p>Построение на лыжах. Повороты переступанием. Дистанция 1 километр на результат. Эстафета на лыжах.</p>	<p>Проявлять координацию движений при выполнении передвижения на лыжах, поворотов, спусков и подъемов.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>

						<p>планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).</p>	
62			Закрепление техники передвижения на лыжах.	<p>Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.</p>	<p>Освоили универсальное умение передвижения на лыжах. Умеют выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>

63			Контроль прохождения дистанции на лыжах	Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Переносить и надевать лыжный инвентарь.	выносливости). <i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).	Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.
64			Развитие выносливости при ходьбе и беге на лыжах	Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Переносить и надевать лыжный инвентарь.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на	Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.

						<p>формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).</p>	
65			<p>Подвижные игры на воздухе «Лисенок-медвежонок», «Быстрый лыжник»</p>	<p>Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.</p>	<p>Освоили универсальное умение передвижения на лыжах. Умеют выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Уметь слушать и вступать в диалог; способен участвовать в речевом общении. <i>Регулятивные УУД:</i> Учитывать правило в планировании и контроле способа решения; Адекватно воспринимать оценку учителя; Оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. <i>Познавательные УУД:</i> Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости).</p>	<p>Мотивация к учебной деятельности, формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>
Подвижные игры (3 часа)							
66			<p>Подвижные игры.</p>	<p>ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия</p>	<p>Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; осознание ответственности человека за общее благополучие.</p>

					предупреждения травматизма во время занятий.	в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	
67			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; осознание ответственности человека за общее благополучие.
68			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; осознание ответственности человека за общее благополучие.
Подвижные игры на основе баскетбола (24 часа)							
69			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

						задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
70			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
71			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
72			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Проявлять положительные качества личности и управлять

				(кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	смещением игроков.	<i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
73			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

74			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
75			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
76			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной</p>	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

						задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
77			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
78			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
79			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках,	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с

				рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
80			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
81			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.

						подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
82			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
83			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
84			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.

				способностей.		реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
85			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
86			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
87			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и

				Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей.	силовых способностей, ориентирование в пространстве.	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	общие интересы. (нестандартных) ситуациях и условиях.
88		Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	
89		Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	

						баскетбол.	
90			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	баскетбол. <i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
91			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
92			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

				способностей		<i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
Легкая атлетика (10 часов)							
93			Ходьба и бег.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
94			Ходьба и бег.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

						задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	
95			Ходьба и бег.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
96			Ходьба и бег.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

						соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	
97			Прыжки.	Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
98			Прыжки.	Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

						соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.	
99			Прыжки.	Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
100			Метание.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. развитие скоростно-силовых способностей.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
101			Метание.	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 4–5 м.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем. <i>Регулятивные УУД:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и

				<p>Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.</p>	<p>Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.</p>	<p>освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>
102			Метание.	<p>Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2x2 м) с расстояния 4–5 м. Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Вносить изменения в план действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 3 КЛАСС

Автор учебника: Лях В.И.

№	Дата		Тема урока	Элементы содержания урока	Планируемые результаты		личностные
	по плану	по факту			предметные	метапредметные	
Легкая атлетика (11 часов)							
1			Ходьба и бег.	Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. ОРУ. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей. Инструктаж.	Знать разновидности ходьбы. Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
2			Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

						результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м.	
3			Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
4			Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения.	Знать виды ходьбы. Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

5			Ходьба и бег.	Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон». Понятия: <i>эстафета, старт, финиш.</i>	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью 30 м, 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
6			Прыжки.	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств. Влияние бега на здоровье.	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
7			Прыжки.	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств. Влияние бега на	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на

				здоровье.	правильно отталкиваться и приземляться.	реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега.	безопасный, здоровый образ жизни.
8			Метание.	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.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни.
9			Метание.	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.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни.
10			Метание.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и

				с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метаниях.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	изменения в план действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель.	освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
11			Метание.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. Олимпийское движение современности.	Описывать технику метания малого мяча и набивного. Осваивать технику метания малого мяча и набивного Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча и набивного. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов)							
12			Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнение команд: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Игра: «Что изменилось?». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществление учебных действий – использовать речь для регуляции своего действия. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Проявление положительных отношений к школе, к занятиям физической культурой.

13			Акробатика. Строевые упражнения	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Проявление положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой.
14			Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Проявление положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой.
15			Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Проявление положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой.

16			Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Проявление положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой.
17			Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей	Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника. <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Проявление положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой.
18			Висы. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в виси. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в виси.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

19			Висы. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
20			Висы. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
21			Висы. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
22			Висы. Строевые упражнения	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

				Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей.	укрепления здоровья.	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	
23			Висы. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь выполнять висы, подтягивание в висе.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
24			Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.
25			Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.

			Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.		<i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	
26		Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УДД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.
27		Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УДД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.
28		Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УДД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного

				приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.		<i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	отношения к уроку физической культуры.
29			Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.
Подвижные игры (18 часов)							
30			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
31			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые	Называть игры и формулировать их	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного	Формирование внутренней позиции

				медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
32			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
33			Подвижные игры.	ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
34			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую	Формирование внутренней позиции школьника на основе

				Развитие скоростно-силовых способностей.	места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
35			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
36			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
37			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения;	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного

				силовых способностей.	физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
38			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
39			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
40			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку

					упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
41			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
42			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
43			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры;

					подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
44			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
45			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
46			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми;	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать

					соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
47			Подвижные игры.	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
Лыжная подготовка (21 час)							
48			Вводный. Значение лыжной подготовки.	Значение лыжной подготовки, требование в одежде, обуви и лыжному инвентарю. Познакомить с требованиями программы по лыжной подготовке.	Выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Ознакомится с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Управление коммуникацией – адекватно использовать речь для <i>Регулятивные УУД:</i> Планирование – составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно передвигаться на лыжах.	Развивать мотивы учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
49			Скользкий шаг.	Техника передвижения скользящим шагом. Прохождение дистанции в 500-600 метров средним.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

					ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	отдых в процессе ее выполнения. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	
50			Скользкий шаг.	Техника передвижения скользящим шагом. Прохождение дистанции в 500-600 метров средним.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
51			Попеременный двухшажный ход.	Попеременный двухшажный ход. Спуск на лыжах в основной стойке.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
52			Попеременный двухшажный ход.	Попеременный двухшажный ход. Поворот переступанием.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

53			Попеременный двухшажный ход.	Попеременный двухшажный ход. Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъём ступающим шагом.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
54			Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъём ступающим шагом.	Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъём ступающим шагом. Подвижные игры на лыжах.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
55			Попеременный двухшажный ход.	Попеременный двухшажный ход. Поворот переступанием.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
56			Попеременный	Попеременный	Моделировать технику	<i>Коммуникативные УУД:</i>	Развитие этических

			двухшажный ход. Техника подъема лесенкой.	двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Спуск в основной стойке.	базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
57			Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой.	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой, спуск в основной и низкой стойке.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
58			Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой.	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Спуск в основной стойке. Поворот переступанием на выкате со склона.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
59			Попеременный двухшажный ход.	Попеременный двухшажный ход.	Моделировать технику базовых способов	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение с достаточной полнотой и	Развитие этических чувств,

			Подъем и спуск на склоне. Поворот переступанием при спуске.	передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
60		Спуск в основной стойке и подъем лесенкой.	Спуск в основной стойке и подъем лесенкой. Поворот переступанием в движении.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
61		Спуск в основной стойке и подъем лесенкой.	Спуск в основной стойке и подъем лесенкой. Поворот переступанием в движении.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
62		Подъем и спуск на склоне.	Подъем и спуск на склоне.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и	Развитие самостоятельности и личной ответственности

					дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
63			Подъем и спуск на склоне.	Подъем и спуск на склоне.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
64			Попеременный двухшажный ход.	Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости.	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
65			Техника передвижения на лыжах.	Техника передвижения на лыжах. Развитие физических качеств.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие,	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на

					способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	основе представлений о нравственных нормах.
66			Техника передвижения на лыжах.	Техника передвижения на лыжах. Развитие физических качеств.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
67			Контрольное упражнение. Ходьба на лыжах 1 км.	Контрольное упражнение. Ходьба на лыжах 1 км.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. <i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
68			Подъем и спуск на склоне.	Подъем и спуск на склоне.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о

					Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<i>Регулятивные УУД:</i> Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. <i>Познавательные УУД:</i> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	нравственных нормах.
Подвижные игры (24 часа)							
69			Подвижные игры на основе баскетбола.	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». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
70			Подвижные игры на основе баскетбола.	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». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
71			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в

			рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей.	смещением игроков.	<i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
72		Подвижные игры на основе баскетбола.	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 «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
73		Подвижные игры на основе баскетбола.	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 «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
74		Подвижные игры на	Ловля и передача мяча	Знать технику ловли и	<i>Коммуникативные УУД:</i>	Оказывать

			основе баскетбола.	на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
75			Подвижные игры на основе баскетбола.	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 «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
76			Подвижные игры на основе баскетбола.	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 «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

						баскетбол.	
77			Подвижные игры на основе баскетбола.	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 «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
78			Подвижные игры на основе баскетбола.	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 «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
79			Подвижные игры на основе баскетбола.	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 «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание,</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

						передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
80			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
81			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
82			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

				Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.		<i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
83			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски, играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
84			Подвижные игры на основе баскетбола.	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	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
85			Подвижные игры на основе баскетбола	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.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля,	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

						ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
86			Подвижные игры на основе баскетбола.	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.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
87			Подвижные игры на основе баскетбола.	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.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
88			Подвижные игры на основе баскетбола.	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	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля,	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

				координационных способностей.		ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
89			Подвижные игры на основе баскетбола.	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.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
90			Подвижные игры на основе баскетбола.	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.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
91			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах, в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Кто быстрее». Игра в мини-баскетбол. Развитие	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля,	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

				координационных способностей.		ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	
92			Подвижные игры на основе баскетбола.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах, в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Кто быстрее». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
Легкая атлетика (10 часов)							
93			Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Круговая эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
94			Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи», «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

95			Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи», «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей.	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
96			Ходьба и бег.	Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон».	Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
97			Прыжки.	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств.	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
98			Прыжки.	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств.	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

						результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	
99			Прыжки.	Прыжок в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги .	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
100			Метание мяча.	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.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
101			Метание мяча.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств.	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Определять наиболее эффективные способы достижения результата. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
102			Метание мяча.	Метание малого мяча с места на дальность и на	Описывать технику метания малого мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать учебные задачи	Развитие мотивов учебной деятельности и

			<p>заданное расстояние. Метание набивного мяча, вперед вверх на дальность и на заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств.</p>	<p>Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.</p>	<p>вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений.</p>	<p>личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>
--	--	--	---	--	--	--

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 4 КЛАСС

Автор учебника: Лях В.И.

№	Дата		Тема урока	Элементы содержания урока	Планируемые результаты		личностные
	по плану	по факту			предметные	метапредметные	
Легкая атлетика (15 часов)							
1			Физическая культура. Техника безопасности. Высокий старт. Бег	Инструктаж по технике безопасности. Правила безопасности и поведения на уроке; содержание занятий физической культурой, гигиенические и эстетические требования к комплекту одежды для занятий физкультурой. Строевые команды и распоряжения, техника бега.	Соблюдать правила ТБ на уроках легкой атлетики. Осваивать ходьбу под счет и двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь Рассказать об организационно-методических требованиях на уроках физической культуры, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей.
2			Высокий старт. Бег. Прыжки в длину с места.	Выполнение действия по образцу, понимание техники спринтерского и эстафетного бега, изучение и осваивание техники прыжка в длину с места.	Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать технику выполнения прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги. Проявлять выдержку во время игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, добывать не достающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Выполнять эстафетный и челночный бег, играть в подвижную игру	Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.
3			Бег 30 м. Метание в цель.	Знать правила проведения бега на 30м с высокого старта и технику метания предмета в цель.	Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать технику выполнения прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги. Проявлять выдержку во время метания в цель.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	Формировать мотивацию учебной деятельности; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций Формирование социальной роли ученика; формирование

						<i>Познавательные УУД:</i> Проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры.	положительного отношения к учению.
4			История физической культуры. Тестирование. Высокий старт.	Знать технику бега с высоко старта, проведения тестирования бега на 60м с высокого старта, правила подвижных игр.	Находить отличия в технике выполнения ходьбы и бега Продемонстрировать скоростно-силовые, силовые способности и гибкость. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
5			Тестирование. Высокий старт. Техника бега.	Выполнять действия по образцу, знать технику спринтерского и эстафетного бега, знать правила подвижных игр.	Продемонстрировать скоростно-силовые силовые способности. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы и бега.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные УУД:</i> Проходить тестирование бега на 60м с высокого старта, играть в подвижные игры.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом на уроке.
6			Бег 30 м. Метание мяча на дальность.	Равномерно распределять свои силы для завершения бега на дистанцию 30 м; формировать навык работы с предметом в процессе метания его на разные расстояния.	Уметь структурировать знания. Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
7			Высокий старт. Бег 30, 300 м. Прыжок в длину с разбега.	Пробегать в равномерном темпе 4 минуты. Выполнять высокий старт с последующим ускорением.	Объяснять возможность изменения скорости передвижения в беге и ходьбе за счет частоты шагов. Продемонстрировать	<i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Ориентироваться в разнообразии	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.

					умение бегать с максимальной скоростью 30м.	способов решения задач. <i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать свои затруднения при выполнении рабочей задачи.	
8			Метание мяча на дальность. Прыжок в длину с разбега. Бег 400 м.	Равномерно распределять свои силы для завершения бега на средние дистанции; метать мяч по команде учителя.	Осваивать умение выполнять отведение руки для замаха в метании и попадание на брусок отталкивания при прыжке в длину с разбега. Принимать адекватные решения в условиях игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению.
9			Бег 500 м. Метание мяча в цель.	Выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться при беге; Равномерно распределять свои силы для завершения бега на 500 м.	Осваивать технику бега на средние дистанции. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в играх.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению.
10			Метание мяча на дальность. Прыжок в длину с разбега.	Технически правильно отталкиваться и приземляться при прыжках в длину с места, демонстрировать умение в технике метания мяча на дальность.	Осваивать ходьбу и технику броска. Описывать технику попадания на брусок отталкивания. Научиться общаться в игре.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью; строить монологическое высказывание, вести устный диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные УУД:</i> Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей.
11			Бег 1000 м. Метание мяча на дальность.	Выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться; Равномерно распределять свои силы для завершения	Продумывать технику метания и выявлять ошибки. Осваивать бег на выносливость и умение восстанавливать дыхание.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные</i>	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению.

				бега на 1000 м. Правильно выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой руки.		<i>УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	
12			Бег 30, 60 м. Метание мяча.	Знать правила проведения тестирования бега на 30м и 60 м с высокого старта, правила подвижных игр. Правильно выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой руки.	Осваивать технику бега на короткие дистанции. Научиться выполнять вис, согнув руки на перекладине. Моделировать игровые ситуации.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии.
13			Метание мяча на дальность. Кросс 300 м.	Правильно выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой руки	Равномерно распределять свои силы для завершения бега на 300м. Осваивать технику метания малого мяча и бега по пресеченной местности. Научиться общаться и взаимодействовать в играх.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии.
14			Высокий старт. Метание мяча на дальность. Прыжки через скакалку.	Знать правила проведения тестирования бега с высокого старта, тренировать навык бега с высоко старта, правила подвижных игр. Правильно выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой руки; знать критерии оценивания метания малого мяча на дальность. Формировать умение и навык, развивать	Различать разные виды бега, оценивать свое состояние. Проявлять качества силы, быстроты, координации при метании мяча на дальность и прыжках через скакалку.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Строить монологическое высказывание, вести устный диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные УУД:</i> Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

				быстроту реакции при прыжках через скакалку.			
15			Метание в цель. Эстафета. Челночный бег.	Выполнять действия по образцу, знать технику спринтерского и эстафетного бега, знать правила подвижных игр, в том числе эстафеты. Правильно выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой руки; Знать критерии оценивания метания малого мяча на дальность.	Осваивать технику выполнения упражнений групповым методом. Освоить технику выполнения тройного прыжка с места. Проявлять в эстафетах качества силы, координации и выносливости.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Строить монологическое высказывание, вести устный диалог.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p>	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.
Подвижные игры (15 часов)							
16			Подвижные игры. ТБ. Прыжки через скакалку.	Правильно выполнять разминочные упражнения и прыжки на скакалке.	Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Проявлять смелость, решительность и инициативность в играх.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.</p>	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
17			Подвижные игры. Подтягивание в висе лежа.	Техника выполнения вися лежа. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Моделировать сочетание различных видов ходьбы и бега. Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр.	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия.</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
18			Повороты на месте. Подвижные игры. Вис, согнув руки.	Техника выполнения вися лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.	Называть упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки. Выполнять упражнения	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия.</p>	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на

				Повороты на месте.	утренней зарядки. Осваивать технику поворота на месте, виса на согнутых руках.	<i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	безопасный, здоровый образ жизни .
19			Подвижные игры.	ТБ при подвижных играх. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей и ловкости при владении мячом. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Различать разные виды ходьбы. Освоить игры с мячами, бегом и метаниями. Осваивать технику прыжка через скакалку.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
20			Подвижные игры. Прыжок в длину с места.	Технически правильно отталкиваться и приземляться при прыжках в длину с места. Знать критерии оценивания прыжка в длину с места.	Осваивать умение играть в подвижные игры с мячами. Соблюдать дисциплину во время проведения эстафет. Демонстрировать прыжок в длину с места.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
21			Подвижные игры. Метание в цель.	Правильно выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой руки, подвижные игры с использованием мяча, элементы техники метания мяча в цель в подвижных играх.	Осваивать технику метания мяча в цель; моделировать умение играть в подвижные игры с бегом и метаниями.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия. <i>Регулятивные УУД:</i> Преобразовывать практическую задачу в познавательную. <i>Познавательные УУД:</i> Использовать общие приемы решения задач.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности.
22			Подвижные игры.	Элементы ходьбы и бега в подвижных упражнениях; изучение правил подвижных игр с использованием мяча.	Определять причины возникновения трудностей в выполнении ходьбы и бега. Освоить умение играть в подвижные игры с мячами и на внимание.	<i>Коммуникативные УУД:</i> определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i>	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.

						Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	
23			Подвижные игры. Бег на выносливость.	Выполнять действия по образцу, знать технику спринтерского и знать правила подвижных игр. Равномерно распределять свои силы для завершения бега на выносливость.	Уметь играть в подвижные игры с мячом, бегом, прыжками. Излагать правила и условия проведения игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.
24			Подвижные игры. Прыжки через скакалку.	Технически правильно отталкиваться и приземляться при прыжках через скакалку; знать организационно-методические требования на уроках по спортивным подвижным играм.	Характеризовать влияние утренней зарядки на организм. Осваивать технику выполнения прыжка через скакалку.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
25			Баскетбол ТБ на занятиях по баскетболу. Ведение мяча.	Изучение организационно-методических требований на уроках по спортивным играм, знать различные положения стоек, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе. Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Осваивать стойку б/б и специальные передвижения без мяча и ведением мяча. Проявлять быстроту и ловкость во время игр.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности.
26			Ведение мяча. Игра «Мяч ловцу».	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Осваивать	Осваивать умение передвигаться в стойке баскетболиста. Описывать умение	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять	Формирование социальной роли ученика. Формирование

				универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивной игры «Мяч ловцу».	выполнять ведение мяча на месте и в движении.	свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	положительного отношения к учению.
27			Ведение мяча. Повороты на месте. Бросок в кольцо.	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. Оттачивание навыков ведения мяча, поворотов на месте, бросков в кольцо.	Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега. Освоить умение вести мяч «восьмеркой» и без зрительного контроля. Осваивать передачи мяча и броски в кольцо. Проявлять быстроту и ловкость во время игр.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
28			Ведение и передача мяча. Поднимание туловища.	Знать различные положения стоек туловища, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе.	Характеризовать передвижения в стойке б/б. Осваивать ведение и передачи мяча. Продемонстрировать силовые способности.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Использовать общие приемы решения поставленных задач.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
29			Ведение и передача мяча. Подтягивание.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли и передачи мяча в баскетболе.	Демонстрировать передвижения в стойке б/б. Осваивать умение выполнять различные передачи мяча и вести его. Продемонстрировать силовые способности.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
30			Ведение и передача мяча. Бросок в кольцо.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли и передачи мяча в	Объяснять технику выполнения строевых команд. Осваивать технику	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность,

				баскетболе. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр, оттачивание навыка учащимися бросания мяча в кольцо.	выполнения упражнений групповым методом. Освоить технику прыжков через набивные мячи.	свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	инициативу, ответственность, причины неудач.
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов)							
31			ТБ на занятиях гимнастикой Кувырок вперед.	Изучение техники кувырка вперед.	Соблюдать правила ТБ на уроках гимнастики. Осваивать технику кувырка вперед. Проявлять качества силы, координации и выносливости в эстафете.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению.
32			Кувырок назад. Стойка на лопатках.	Изучение и оттачивание техники кувырка назад. Формирование умения стоять на лопатках.	Различать и выполнять строевые команды. Продумывать технику кувырка назад и стойки на лопатках.	<i>Коммуникативные УУД:</i> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
33			Кувырок вперед. Лазание по канату. Прыжки через скакалку.	Уметь выполнять прыжки на длинной скакалке, лазать по канату различными способами, оттачивать мастерство исполнения кувырка вперед.	Освоить умение менять направление во время бега Осваивать технику лазания по канату упражнения на гибкость. Освоить упражнения на внимание.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь Рассказать об организационно-методических требованиях на уроках физической культуры, использовать	Воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей.

						общие приемы решения поставленных задач.	
34			Висы и упоры. Кувырок назад. Стойка на лопатках.	Техника выполнения вися. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Оттачивание мастерства исполнения кувырка назад, закрепление навыка стойки на лопатках.	Выполнять перестроения. Осваивать технику выполнения стойки на лопатках и кувырок назад. Освоить упражнения на гимнастической стенке.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Выполнять эстафетный и челночный бег, играть в подвижную игру.	Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.
35			«Мост». Висы и упоры.	Правильно выполнять упражнение «Мост» на гимнастических матах, выполнять висов и упоров.	Осваивать «мост» технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах. Проявлять качества силы, координации и выносливости в эстафетах.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры.	Формировать мотивацию учебной деятельности; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. Формирование социальной роли ученика; формирование положительного отношения к учению.
36			Висы и упоры. Упражнения на пресс.	Выполнять вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Выполнять упоры, формировать умение правильной работы над прессом, заучивание комплексов упражнений на прокачку прямых, косых мышц пресса.	Демонстрировать перестроение. Осваивать технику выполнения упражнений групповым методом. Проявлять качества силы, быстроты в эстафетах.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
37			«Мост». Висы и упоры.	Выполнение акробатических упражнений. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках;	Осваивать повороты на месте. Осваивать технику выполнения стойки на лопатках и упражнение «мост»	<i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Ориентироваться в разнообразии	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

				кувырки вперед и назад; гимнастический мост.	Продemonстрировать силовые способности. Освоить упражнения на внимание.	способов решения задач. <i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать свои затруднения при выполнении рабочей задачи.	
38			Лазание по канату. Висы и упоры.	Уметь лазать по канату различными способами, выполнение висов и упоров. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазания и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.	Осваивать технику кувырка вперед и назад в упор присев. Описывать и осваивать технику гимнастических упражнений на снарядах. Проявлять качества быстроты в эстафетах.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
39			Лазание по канату и гимнастической стенке. Приседания.	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазания и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке, закреплять умение лазать по канату различными способами.	Различать и выполнять строевые команды. Описывать и осваивать технику гимнастических упражнений на снарядах. Осваивать умение выполнять приседания и прыжки через скакалку в темпе.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Строить монологическое высказывание, вести устный диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные УУД:</i> Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
40			Лазание по канату. «Мост». Эстафеты.	Уметь прыгать через длинную скакалку различными способами, знать критерии оценивания при лазании по канату любым способом, выполнять упражнение «Мост» из положения лежа, стоя; выполнять действия по образцу, знать технику	Демонстрировать перестроения. Описывать и осваивать упражнения в равновесии, лазание по канату, прыжки через скакалку.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.

				эстафетного бега.		задач.	
41			Опорный прыжок. Стойка на лопатках. «Мост».	Знать технику выполнения опорного прыжка; совершенствовать выполнение стойки на лопатках, упражнения «Мост» из положения лежа, стоя.	Освоить технику прыжка через гимнастического козла. Продемонстрировать стойку на лопатках, «мост» и силу. Осваивать упражнение на внимание.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
42			Лазание по канату. Опорный прыжок. Прыжки через скакалку.	Опорный прыжок. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазания и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке. Уметь прыгать через длинную скакалку различными способами.	Демонстрировать перестроения. Осваивать технику выполнения опорного прыжка. Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в игре. Продемонстрировать прыжки через скакалку.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
43			Опорный прыжок. «Мост». Тестирование.	Выполнять бег с остановками различной протяженности, совершенствовать навык исполнения упражнения «Мост» из положения лежа, оттачивать навык опорного прыжка, тренировать навык бега с остановками; уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги. Проведение тестирования.	Осваивать бег с остановками. Демонстрировать «мост» из положения лежа. Соблюдать технику безопасности при опорном прыжке. Продемонстрировать подтягивание и прыжок в длину с места.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.

44			Опорный прыжок. Тестирование.	Оттачивать навык опорного прыжка; Сдача контрольных нормативов.	Различать разные виды ходьбы. Демонстрировать опорный прыжок. Продemonстрировать силу, гибкость, скоростно-силовые качества при сдаче контрольных нормативов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
45			Висы. Лазанье по канату.	Изучать различные виды ходьбы и бега, знать о их влиянии на организм человека; Оттачивание умение лазания по канату различными способами.	Освоить ходьбу и бег. Осваивать технику выполнения упражнений на снарядах. Взаимодействовать в парах во время игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
46			Сюжетно – ролевая игра «Альпинист».	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазания и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке. П/и «Альпинист».	Продemonстрировать полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдать правила техники безопасности.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
47			Сюжетно – ролевая игра «Альпинист».	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазания и перелезания, переползания, передвижение по	Продemonстрировать полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдать правила техники безопасности.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Само-	Достижение личноcтно значимых результатов в физическом совершенстве.

				наклонной гимнастической скамейке. П/и «Альпинист».		стоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	
48			Лазание по канату. Прыжки через скакалку.	Оттачивание умение лазания по канату различными способами. Совершенствовать уметь прыгать через длинную скакалку различными способами.	Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Осваивать технику выполнения упражнений групповым методом. Проявлять смелость и волю в играх.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Строить монологическое высказывание, вести устный диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные УУД:</i> Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
Лыжная подготовка (18 часов)							
49			ТБ на занятиях по лыжной подготовке. Скользящий шаг.	Ознакомиться с правилами поведения на уроках по лыжной подготовке, способами использования спортивного инвентаря; знать технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	Соблюдать дисциплину и правила т /б на лыжах. Уметь подбирать лыжи. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании лыжных ходов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
50			Скользящий шаг. Спуски. Подъем «полуелочкой».	Знать технику передвижения на лыжах скользящим шагом, отрабатывать подъем «полуелочкой».	Объяснять технику выполнения поворотов. Осваивать умение передвигаться скользящим шагом. Проявлять быстроту и ловкость во время игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
51			Ступающий шаг. Скользящий шаг.	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом.	Описывать и освоить поворот «солнышко». Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать технику	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .

					спусков и подъемов.	результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	
52			Скользкий шаг. Спуски и подъемы.	Изучение техники спусков и подъемов, умение ее правильно выполнять.	Описывать скользкий шаг. Проявлять координацию при выполнении поворотов. Проявлять быстроту во время игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
53			Лыжные ходы. Спуски. Повороты переступанием.	Изучение техники передвижения на лыжах различным видом попеременного шага; Закрепление техники спусков, изучение техники поворотов.	Описывать и осваивать передвижение попеременно-двухшажным ходом. Проявлять координацию во время игры. Объяснять технику выполнения поворотов.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
54			Повороты на месте и в движении. Спуски и подъемы.	Оттачивать технику поворотов на месте и в движении. Закрепление техники спусков и подъемом. Использование техники попеременно-двухшажного хода.	Выявлять характерные ошибки при выполнении поворотов. Объяснять технику выполнения спусков и подъемов. Моделировать передвижение попеременно-двухшажным ходом.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
55			Лыжные ходы. Торможение «плугом».	Оттачивать технику лыжных ходов. Изучение техники торможения «Плуг».	Проявлять координацию при выполнении спусков и подъемов. Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Описывать технику торможение «плугом».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь Рассказать об организационно-методических требованиях на уроках	Воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей.

						физической культуры, использовать общие приемы решения поставленных задач.	
56			Одновременный бесшажный ход. Торможение «плугом».	Изучение техники бесшажного хода; закрепление навыков торможения «плугом».	Описывать и осваивать передвижение одновременным бесшажным ходом. Объяснять технику выполнения поворотов. Проявлять выносливость.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Выполнять эстафетный и челночный бег, играть в подвижную игру.	Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.
57			Ступающий и скользящий шаг. Эстафета.	Изучение техники ступающего и скользящего шага.	Осваивать умение выполнять подъем и спуски. Проявлять быстроту и ловкость во время эстафеты. Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры.	Формировать мотивацию учебной деятельности; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций Формирование социальной роли ученика; формирование положительного отношения к учению.
58			Лыжные ходы. Повороты в движении.	Закрепление знаний о лыжных ходах, совершенствование умений лыжного хода, поворотов в движении.	Демонстрировать поворот переступанием. Осваивать технику базовых способов передвижения на лыжах. Проявлять скоростные качества во время игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
59			Подъемы на склон. Спуски и торможение.	Уметь рассчитывать свои силы и стабильно проходить дистанцию на лыжах. Совершенствовать навык торможения на лыжах при спуске.	Демонстрировать подъем и торможение «плугом». Проявлять выносливость при прохождении дистанции 1 км.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i>	Воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей.

						Уметь Рассказать об организационно-методических требованиях на уроках физической культуры, использовать общие приемы решения поставленных задач.	
60			Одновременный бесшажный ход. Повороты переступанием.	Совершенствовать технику бесшажного хода и поворотов с переступлением.	Осваивать технику выполнения упражнений групповым методом. Освоить умение выполнять стартовый разгон.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, добывать не достающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Выполнять эстафетный и челночный бег, играть в подвижную игру.	Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.
61			Одновременный бесшажный ход. Развивать выносливость.	Уметь рассчитывать свои силы и стабильно проходить дистанцию на лыжах; совершенствовать технику бесшажного хода.	Проявлять выносливость. Демонстрировать повороты переступанием. Осваивать умение передвигаться одновременным бесшажным ходом.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры.	Формировать мотивацию учебной деятельности; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций Формирование социальной роли ученика; формирование положительного отношения к учению.
62			Попеременно-двухшажный ход. Дистанция 1 км.	Уметь рассчитывать свои силы и стабильно проходить дистанцию на лыжах; совершенствовать технику попеременно-бесшажного хода.	Демонстрировать попеременно - двухшажный ход. Продемонстрировать передвижение по пересеченной местности.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
63			Развитие скоростных качеств. Спуски и подъемы.	Уметь рассчитывать свои силы и стабильно проходить дистанцию на лыжах. Знать технику спусков,	Применять правила подбора одежды для занятий лыжами. Демонстрировать умение выполнять подъемы,	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных задач.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного

				подъемов и торможения и уметь ее правильно выполнять.	спуски и повороты переступанием.	<i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	отношения к учению.
64			Лыжные ходы. Эстафета. Игры.	Знать технику передвижения на лыжах различным видом попеременного шага.	Демонстрировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	<i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать свои затруднения при выполнении рабочей задачи.	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.
65			Спуски. Игры. Развивать выносливость.	Знать технику спусков и уметь ее правильно выполнять; уметь рассчитывать свои силы и стабильно проходить дистанцию на лыжах.	Продемонстрировать умение передвигаться по пересеченной местности. Осваивать технику спусков и подъемов в играх.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению.
66			Лыжные ходы. Спуски и подъемы.	Знать технику передвижения на лыжах различным видом попеременного шага; знать технику спусков подъемов и уметь ее правильно выполнять.	Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Строить монологическое высказывание, вести устный диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные УУД:</i> Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.
Подвижные игры (27 часов)							
67			Подвижные игры.	Знать организационно-методические требования на уроках по	Освоить ловлю и передачу мяча. Проявлять беговую	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.	Анализировать и характеризовать эмоциональные

				спортивным играм.	выносливость. Осваивать умение играть в подвижные игры с бегом.	<i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
68			Подвижные игры.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли и передачи мяча при игре с бегом, прыжками, метанием.	Осваивать умение играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Применять упражнения на внимание.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
69			Подвижные игры. Прыжки через скакалку.	Знать организационно-методические требования на уроках по спортивным играм, изучение и оттачивание техники прыжков через скакалку.	Осваивать технику выполнения упражнений групповым методом. Освоить игры на внимание. Демонстрировать умение прыгать через скакалку.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
70			Баскетбол Ведение мяча.	Уметь правильно выполнять технику ведения мяча в движении, ловли и передачи мяча в баскетболе.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности при работе на баскетбольной площадке. Осваивать перемещения в стойке б/б и ведение мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
71			Ведение и передачи мяча.	Уметь правильно выполнять технику	Осваивать умение выполнять различные	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить	Навыки сотрудничества в разных ситуациях;

				ведения мяча в движении, ловли и передачи мяча в баскетболе.	варианты передачи мяча. Продемонстрировать силу.	вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
72			Ведение и передачи мяча. Бросок в кольцо.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе. Знать различные положения стоек, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе.	Осваивать умение передвигаться в стойке баскетболиста. Осваивать технику выполнения броска в кольцо. Выполнять игровые действия с мячом.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
73			Ведение и передачи мяча. Поднимание туловища.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе.	Различать разные виды ходьбы. Осваивать умение выполнять сочетание ведения мяча с передачей. Продемонстрировать силу при сдаче норматива.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь рассказать об организационно-методических требованиях на уроках по спортивным играм, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.
74			Ведение и передачи мяча. Эстафета.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе.	Осваивать разные виды ходьбы. Описывать и осваивать выполнение ведения мяча с остановкой и передачей.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .
75			Ведение и передачи мяча. Бросок в кольцо.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли, передачи	Различать разные виды ходьбы. Осваивать технику	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.

				и броска мяча в баскетболе. Знать различные положения стоек, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе.	выполнения передачи мяча. Проявлять качества силы, координации и выносливости в эстафете.	позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	
76			Ведение и передачи мяча. Подтягивание. Поднимание туловища.	Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе. Знать различные положения стоек, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе.	Освоить сочетания ведения и передач баскетбольного мяча. Излагать правила и условия проведения подвижной игры. Продемонстрировать силу при сдаче норматива.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь Рассказать об организационно-методических требованиях на уроках физической культуры, использовать общие приемы решения поставленных задач.	Воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей.
77			Ведение и передачи мяча. Эстафета.	Совершенствовать технику ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе.	Осваивать ведение мяча с остановкой и передачей. Проявлять качества силы, координации и выносливости в эстафете.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, добывать не достающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Выполнять эстафетный и челночный бег, играть в подвижную игру.	Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.
78			Ведение мяча и повороты. Бросок в кольцо.	Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Совершенствование техники ведения, ловли, передачи и броска мяча в кольцо в баскетболе	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Осваивать технику выполнения ведения мяча.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры.	Формировать мотивацию учебной деятельности; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций Формирование социальной роли ученика; формирование положительного отношения к учению.
79			Ведение, передачи	Выполнение техники	Различать разные виды	<i>Коммуникативные УУД:</i>	Формирование

			<p>мяча. Остановка прыжком. Бросок в кольцо.</p>	<p>ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе. Знать различные положения стоек, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе. Совершенствование навыка бросания в кольцо.</p>	<p>ходьбы. Осваивать бросок в кольцо, играть в мини баскетбол.</p>	<p>Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности.</p>	<p>социальной роли ученика. Формирование положительных отношения к учению.</p>
80			<p>Ведение, передачи мяча. Бросок в кольцо. Тестирование.</p>	<p>Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли и передачи мяча в баскетболе. Знать критерии оценивания техники броска двумя руками от груди в кольцо.</p>	<p>Осваивать сочетания ведения мяча с остановками. Освоить бросок в кольцо. Проявлять выдержку во взаимоотношениях со сверстниками во время игр.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные УУД:</i> Уметь Рассказать об организационно-методических требованиях на уроках физической культуры, использовать общие приемы решения поставленных задач.</p>	<p>Воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью, как своему, так и других людей.</p>
81			<p>Ведение, передачи мяча. Повороты с мячом.</p>	<p>Выполнение техники ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе. Знать различные положения стоек, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе. Совершенствование навыка поворота с мячом в баскетболе.</p>	<p>Различать разные виды бега. Осваивать технику выполнения поворота с мячом. Проявлять быстроту, ловкость и точность во время подвижных игр.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, добывать не достающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Выполнять эстафетный и челночный бег, играть в подвижную игру.</p>	<p>Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.</p>
82			<p>Ведение, остановки и бросок в кольцо. Тестирование.</p>	<p>Уметь правильно выполнять технику ведения, ловли и передачи мяча в баскетболе. Знать критерии оценивания техники броска двумя руками от</p>	<p>Находить отличия в технике выполнения ходьбы и бега. Продемонстрировать силу и гибкость при сдаче нормативов. Осваивать игру в мини баскетбол.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную</p>	<p>Формировать мотивацию учебной деятельности; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций Формирование социальной роли ученика;</p>

				груди в кольцо.		цель. <i>Познавательные УУД:</i> Проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры.	формирование положительного отношения к учению.
83			Эстафеты с баскетбольными мячами. Игры.	Знать организационно-методические требования на уроках по спортивным играм. Уметь правильно выполнять технику передач, приема мяча и подачи в баскетболе.	Осваивать умение передвигаться в стойке б/б и умения владения мячом в подвижных играх, эстафетах.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные УУД:</i> Научиться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
84			Ведение мяча. Бросок в кольцо.	Выполнение техники ведения, ловли, передачи и броска мяча в баскетболе. Знать различные положения стоек, перемещений и виды ловли и передач в баскетболе. Совершенствование навыка бросания в кольцо.	Осваивать умение чередовать передвижения в стойке б/б с остановками. Осваивать технику выполнения упражнений групповым методом и игру в мини баскетбол.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
85			Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги.	Осваивать технику выполнения прыжка в высоту с разбега. Проявлять находчивость в решении игровых задач.	<i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать свои затруднения при выполнении рабочей задачи.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
86			Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.	Закреплять навык правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги. Знать организационно-	Уметь менять направление во время бега. Освоить приземление в прыжках высоту. Выполнять игровые действия в условиях игры.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные</i>	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.

				методические требования на уроках по спортивным играм.		<i>УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	
87			Строевые упражнения. Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Отработка умения прыжка на скакалке.	Демонстрировать перестроения. Осваивать ходьбу с изменением направления. Осваивать технику выполнения прыжка через скакалку. Моделировать игровые ситуации.	<i>УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
88			Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги.	Определять общие признаки и различия в технике выполнения ходьбы и бега. Освоить умение преодоления планки.	<i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать свои затруднения при выполнении рабочей задачи.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
89			Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги.	Продемонстрировать умение прыгать в высоту с разбега. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению.
90			Разновидности ходьбы. Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся	Осваивать умение изменять темп при беге. Осваивать технику выполнения прыжка в высоту. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия. <i>Регулятивные УУД:</i> Осуществлять пошаговый и итоговый результаты. <i>Познавательные УУД:</i>	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни .

				интервалом в чередовании с ходьбой.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	
91			Подвижные игры. Прыжок в высоту с разбега.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги.	Осваивать технику выполнения прыжка в высоту с разбега. Проявлять находчивость в решении игровых задач.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
92			Подвижные игры. Прыжок в высоту. Челночный бег.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги. Изучение техники выполнения челночного бега. Оттачивание навыка бросков и ловли мячей в процессе игровой деятельности.	Продемонстрировать умение прыгать в высоту с разбега. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы. Освоить броски и ловли мячей в подвижных играх.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
93			Подвижные игры. Прыжок в высоту.	Совершенствовать выполнение прыжков в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги. Отрабатывать выполнение равномерного бега с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой.	Осваивать умение чередовать бег с остановками и поворотами. Осваивать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Ставить вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношения к учению.

Легкая атлетика (9 часов)

94			Прыжок в длину с разбега. Бег 30 м.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги. Знать правила проведения тестирования бега на 30м с высокого старта.	Различать разные виды ходьбы. Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя и умения правильно выполнять движения в прыжках.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению.
95			Прыжок в длину с разбега. Метание мяча. Бег 300 м.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги. Равномерно распределять свои силы для бега на дистанцию 30 м; отрабатывать навык работы с предметом в процессе метания его на разные расстояния.	Продemonстрировать умение пробегать 30м максимальной скоростью с высокого старта. Осваивать приземления на обе ноги в прыжках длину.	<i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные УУД:</i> Формулировать свои затруднения при выполнении рабочей задачи.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
96			Высокий старт. Прыжок в длину с разбега. Бег 60 м.	Уметь правильно выполнять прыжки в высоту с разбега и правильно приземляться на две ноги. Равномерно распределять свои силы для завершения бега на дистанцию 60 м; выполнять высокий старт с последующим ускорением. П/и «Перестрелка».	Продумывать технику беговых упражнений. Продemonстрировать умение прыгать в длину с разбега. Излагать правила и условия проведения подвижной игры «Перестрелка».	<i>Коммуникативные УУД:</i> Проявлять активность во взаимодействии со сверстниками для решения коммуникативных и познавательных задач. <i>Регулятивные УУД:</i> Осознавать самого себя и свою способность к преодолению препятствий. <i>Познавательные УУД:</i> Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению.
97			Бег 30, 60 м. Метание мяча в цель. Промежуточная аттестация.	Равномерно распределять свои силы для завершения бега на дистанцию 30м и 60 м;	Продemonстрировать умение пробегать 30 и 60 м максимальной скоростью с высокого старта.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

				оценка работы с предметом в процессе метания его на разные расстояния.	Осваивать технику выполнения метания мяча в цель. Развивать физические качества.	<i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	
98			Промежуточная аттестация. Прыжок в длину с разбега. Бег 400 м.	Демонстрировать правильное выполнение прыжка в высоту с разбега и правильное приземление на две ноги. Равномерно распределять свои силы для завершения бега на дистанцию 400 м.	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Уметь метать мяч и прыгать в длину с разбега.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.
99			Промежуточная аттестация. Кросс 500 м.	Демонстрация умения распределять свои силы для завершения бега на дистанцию 500 м.	Осваивать технику выполнения бегового шага. Проявлять качества силы, быстроты и координации в игре. Продемонстрировать умение бегать 500 м.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.
100			Бег 30м. Кросс 300м. Метание мяча на дальность.	Демонстрация умения равномерно распределять свои силы для завершения бега на дистанцию 30м и 60 м; оценка работы с предметом в процессе метания его на разные расстояния.	Осваивать бег по пресеченной местности. Осваивать технику выполнения метания мяча на дальность.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Строить монологическое высказывание, вести устный диалог. <i>Регулятивные УУД:</i> Вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные УУД:</i> Ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.
101			Метание мяча. Бег на выносливость. Определение ЧСС.	Оценка работы с предметом в процессе метания его на разные	Продемонстрировать умение метать мяч на дальность.	<i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и	Достижение лично значимых результатов в физическом

				<p>расстояния. Равномерно распределять свои силы для завершения бега на средние дистанции; оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (по таблице).</p>	<p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.</p>	<p>позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	<p>совершенстве.</p>
102			<p>Развивать выносливость Метание мяча на дальность.</p>	<p>Оценка работы с предметом в процессе метания его на разные расстояния. Равномерно распределять свои силы для завершения бега на средние дистанции; оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (по таблице).</p>	<p>Проявлять внимание при беге. Осваивать технику выполнения метания мяча на дальность. Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности.</p>	<p><i>Коммуникативные УУД:</i> Определять общую цель и пути ее достижения; формулировать собственное мнение и позицию. <i>Регулятивные УУД:</i> Применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные УУД:</i> Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	<p>Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.</p>