МБОУ «Верхне-Торейская СОШ имени Н.Д.Гендуновой»

Рассмотрено:	Согласовано:	Утверждаю:
Рук. МО Жамцуева Э. Д.	Зам. дир.по УВР: Т.Ж.Бадмаева.	Директор шк Б.М.Цыденов
Протокол № 1 от «31.08» 2022 г.	«31.08» 2022 г.	Приказ № 59 от «31.08» 2022 г.

Рабочая программа

Предмет: Физическая культура

Класс: 2-4

Количество часов: 102

Тип программы: общеобразовательный

ФИО учителя: Эрдынеев Б. Д.

с. Верхний-Торей
2022- 2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа начального общего образования по физической культуре разработана на основе Примерной программы основного начального образования по физической культуре, составлена в соответствии с федеральным государственным стандартом начального общего образования и начальной общеобразовательной программы основного общего образования. Предлагаемая программа построена на основе рабочей авторской программы В.И. Лях «Физическая культура 2-4 класс», в соответствии с требованиями ФГОС. Физическая культура – обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Рабочая программа определяет инвариантную (обязательную), часть учебного курса, конкретизирует содержание его предметных тем и дает примерное распределение учебных часов на их изучение.

Рабочая программа определяет инвариантную (обязательную), часть учебного курса, конкретизирует содержание его предметных тем и дает примерное распределение учебных часов на их изучение.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физической 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, профилактику плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- 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 определенным видам двигательной активности и выявление 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.

Решая задачи физического воспитания, мы ориентируем свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание у младших школьников ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование своей личности, формируем у них потребность и мотив к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитываем в них комплекс моральных и волевых качеств, формируем гуманистическое

отношение и приобретение опыта общения. Все это позволит младшему школьнику на основе полученных базовых знаний, умений и навыков поддерживать свой, достаточно необходимый уровень физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

Общая характеристика учебного 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 определенные двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

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

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов РФ, в том числе:

- требованиях к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования. Представленном в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитании личности граждан;
- Законе "Об образовании";
- Федеральном законе "О физической культуре и спорте;
- Стратегии национальной безопасности РФ до 2020 г.;
- примерной программе начального общего образования;
- Приказе Минобрнауки от 30.08.2010 г. № 889.

Место предмета в учебном плане

Курс "Физическая культура" изучается с 1 по 4 классы. В 1 классе - 66 часов, во 2 классе - 102 часа, в 3 классе - 102 часа, в 4 классе - 102 часа. Третий час на преподавание учебного предмета "Физическая культура" был введен приказом Минобрнауки 30.08.2010 г. № 889. В приказе было указано: "Третий час учебного предмета "Физическая культура" использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания".

Примерное распределение учебного времени
на различные виды программного материала для учащихся 1-4-х классов

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)		
1	**Базовая часть**	**2**	**3**	**4**
		81	**81**	**81**
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока и в виде домашнего задания		
1.2	Подвижные и спортивные игры: на материале баскетбола на материале волейбола	 12 12	 12 12	 12 12
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	15	15	15
1.4	Легкоатлетические упражнения	21	21	21
1.5	Лыжная подготовка	15	15	15
1.6	Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	6	6	6
2	**Вариативная часть**	**21**	**21**	**21**
2.1	Подвижные и спортивные игры: на материале мини-футбола	 12	 12	 12
2.2	Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики	9	9	9
	Итого:	**102**	**102**	**102**

Примечание: В случае плохой погоды во время лыжной подготовки занятия проводить по программе волейбол.

Воспитательный аспект за курс 2-4 классов

Раздел	Тема	Воспитательное мероприятие
Легкая атлетика	Эстафетный бег	«Веселые старты».
Волейбол	Передача мяча сверху двумя руками через сетку.	Подвижная игра «Горячая картошка».
Баскетбол	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте (в парах).	Подвижная игра «Точная передача».
Мини – футбол	Виды разных комбинаций в перемещениях игрока и его остановках.	Учебная игра «Перестрелка».
Гимнастика	Перестроение из колонны по два и по четыре, в колонну по одному разведением и слиянием.	Смотр строя и песни.
Национальные игры и виды спорта народов ЯНАО	Прыжки через нарты (гимнастические скамейки).	Прыжки через нарты.
Лыжная подготовка	Попеременный двухшажный ход (дистанции по кругу до 100м.).	Подвижная игра «Догонялки».

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Ценность жизни: признание человеческой жизни – величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и природе.

Ценность природы: основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и не живой природы.

Ценность человека: подразумевает – разумное существо, стремящееся к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра: нравственность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие, как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины: ценность научного познания, как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи: первая и самая значимая для развития ребенка социальная и образовательная среда, обеспечивающая преемственность и культурные традиции народов России, от поколения к поколению, и тем самым обеспечивающая жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества: естественное условие человеческой жизни, состояние нормального человеческого существования.

Ценность свободы: выбор своих человеческих мыслей и поступков образа жизни, свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которой, всегда, по всей социальной сути, является человек.

Ценность социальной солидарности: признание прав и свобод человека, обладание чувствами – справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности: осознание человеком себя, как члена общества, народа, представителя нашей страны.

Ценность патриотизма: проявление духовной зрелости человека, выражающейся в любви к своей стране, своему народу, своей малой родине, в осознании желания служить своему отечеству.

Ценность человечества: осознание человеком себя, как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы – мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- формирование чувств гордости за свою родину российский народ и историю России, сознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результатов;
- определение общей цели и пути ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенности объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметами и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о знании физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающюу жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела, окружность груди и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Содержание учебного предмета

Программа состоит из трех разделов:

1. "Знания о физической культуре (информационный компонент).
2. "Способы физкультурной деятельности (операционный компонент).
3. "Физическое совершенствование" (мотивационный компонент).

Знания о физической культуре

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

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

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия). Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

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

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

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

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки, дыхательных упражнений, гимнастики для глаз, упражнений на развитие физических качеств.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с элементами акробатики.

Строевые упражнения. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне. Выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры. Седы. Упражнения в группировке. Перекаты. Стойки на лопатках. Кувырки вперед и назад. Гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1. мост из положения, лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на живот, прыжок с опорой на руки в упор присев. 2. кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки. Прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине. Махи. Перемахи.

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

Опорный прыжок. С разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижения по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкоатлетические упражнения.

Беговые упражнения. С высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений. Челночный бег. Высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения. На одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением. В длину и высоту. Спрыгивание и запрыгивание.

Броски. Большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.

Метание. Малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжная подготовка.

Передвижение на лыжах. Повороты. Спуски. Подъемы. Торможения.

Подвижные и спортивные игры.

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

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

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

На материале спортивных игр:

- *футбол* (удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола);
- *баскетбол* (специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола);
- *волейбол* (подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола).

Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики.

Комплексы общеразвивающих упражнений на месте с предметами и без предметов (для укрепления мышц шеи, верхнего плечевого пояса, спины, живота и т.д.).

Комбинации упражнений в ходьбе (на укрепление свода стопы, коррекция спины и т.д).

Оздоровительный бег.

Дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз.

Эстафеты с элементами легкоатлетических и игровых упражнений (с предметами и без предметов).

Национальные игры и элементы видов спорта народов Крайнего Севера (ЯНАО).

Элементы видов спорта и подвижные игры народов ЯНАО.

УЧЕБНЫЙ МАТЕРИАЛ

Подвижные и спортивные игры (36 часов).

на материале спортивной игры - баскетбол (12 часов):

- специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве;
- освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве;
- освоение техники ловли, передач и бросков мяча, развитие способностей к дифференцированию параметров движений;
- закрепление и совершенствование техники держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и ориентированию в пространстве.

на материале спортивной игры - волейбол (12 часов):

- специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве;
- освоение техники подбрасывания и подачи мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве;
- освоение техники приема и передачи мяча, развитие способностей к дифференцированию параметров движений;
- закрепление и совершенствование техники подбрасывания, подачи, приема и передачи мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и ориентированию в пространстве.

на материале спортивной игры - мини-футбол (12 часов):

- специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве;
- освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве;
- освоение техники передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу, развитие способностей к дифференцированию параметров движений;
- закрепление и совершенствование техники ведения, передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и ориентированию в пространстве.

Гимнастика с элементами акробатики (15 часов):

- освоение строевых упражнений, ОРУ на месте без предметов и с предметами, развитие координационных и силовых способностей, гибкости и правильной осанки;
- освоение техники висов и упоров, развитие координационных и силовых способностей;
- освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки;
- освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных и скоростно-силовых способностей;
- освоение навыков равновесия;
- освоение акробатических упражнений, развитие координационных способностей;

Легкоатлетические упражнения (21 час):

- освоение навыков ходьбы и бега, развитие скоростных и координационных способностей;
- совершенствование навыков ходьбы и бега, развитие скоростных и координационных способностей, выносливости;
- освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей;
- закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей;
- овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.

Лыжная подготовка (15 часов):

- освоение техники лыжных ходов, поворотов, спусков, подъемов и торможений, развитие выносливости и координационных способностей.

Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики (1 класс - 6 часов, 2-4 классы - 9 часов):

- комплексы упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки;
- игровые задания (эстафеты) на развитие физических качеств (быстроты, ловкости, силы и гибкости).

Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (1 класс – 6 часов, 2-4 классы – 6 часов).

- комплексы общеразвивающих упражнений;
- эстафеты с элементами бега, прыжков, висов, упоров, лазания и перелезания.

Характеристика цифровой оценки (отметки) обучающегося:

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

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

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

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

Критерии и нормы оценок знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

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

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

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

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

Уровень физической подготовленности учащихся 1-4 классов (7-10 лет)

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение	Возраст (лет)	Уровень					
				Мальчики			Девочки		
				низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1	Скоростные	Бег 30 м/сек	7	7,5	7,3-6,2	5,6	7,6	7,5-6,4	5,8
			8	7,1	7,0-6,0	5,4	7,3	7,2-6,2	5,6
			9	6,8	6,7-5,7	5,1	7,0	6,9-6,0	5,3
			10	6,6	6,5-5,6	5,0	6,6	6,5-5,6	5,2
2	Координационные	Челночный бег 3х10 м/сек	7	11,2	10,8-10,3	9,9	11,7	11,3-10,6	10,2
			8	10,4	10,0-9,5	9,1	11,2	10.7-10.1	9,7
			9	10,2	9,9-9,3	8,8	10,8	10,3-9,7	9,3
			10	9,9	9,3-9,0	8,6	10,4	10,0-9,5	9,1
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7	100	115-135	155	90	110-130	150
			8	110	125-145	165	100	125-140	155
			9	120	130-150	175	110	134-150	160
			10	130	140-160	185	120	140-155	170
4	Выносливость	6-ти минутный бег, м	7	700	730-900	1100	500	600-800	900
			8	750	800-950	1150	550	650-850	950
			9	800	858-1000	1200	600	700-900	1000
			10	850	900-1050	1250	650	750-950	1050
5	Гибкость	Наклон вперед из положения, сидя, см	7	1	3-5	9	2	6-9	11,5
			8	1	3-5	7,5	2	6-9	12,5
			9	1	3-5	7,5	2	6-9	13,0
			10	2	4-6	8,5	3	7-10	14,0
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол/раз	7	1	2-3	4	-	-	-
			8	1	2-3	4	-	-	-
			9	1	3-4	5	-	-	-
			10	1	3-4	5	-	-	-
		На низкой перекладине из виса лежа кол/раз	7	-	-	-	2	4-8	12
			8	-	-	-	3	6-10	14
			9	-	-	-	3	7-11	16
			10	-	-	-	4	8-13	18

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесс

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
1.	**Библиотечный фонд**		
1.1	Образовательные программы	Д	
1.2	Учебник по физической культуре	Д	
	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	
1.3	Дидактические материалы	К	
2.	**Демонстрационные печатные пособия**		
2.2	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2.3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.	Д	
3.	**Экранно-звуковые пособия**		
3.1	Аудиозаписи	Д	
3.2	Интернет-ресурсы	Д	
4.	**Технические средства обучения**		
4.1	Принтер лазерный	Д	
4.2	Цифровая видеокамера	Д	
4.3	Цифровая фотокамера	Д	
4.4	Музыкальный центр	Д	
5.	**Учебно-практическое оборудование**		
Гимнастика			
5.1	Стенка гимнастическая	Г	
5.2	Козел гимнастический	Г	
5.3	Канат	Г	
5.4	Мост гимнастический	Г	
5.5	Скамейка гимнастическая	Г	
5.6	Коврик гимнастический	К	
5.7	Маты гимнастические	Г	
5.8	Мячи набивные	Г	
5.9	Мячи резиновые (малый)	Г	
5.10	Мячи резиновые (большой)	Г	

5.11	Скакалка	К	
5.12	Мячи (мягкий)	Г	
5.13	Палка гимнастическая	К	
5.14	Обруч гимнастический	К	
5.15	Сетка для переноса малых мячей	Д	
Легкая атлетика			
5.16	Рулетка измерительная	Д	
5.17	Фишки разметочные	Д	
5.18	Граната для метания	К	
5.19	Мяч для метания	К	
5.20	Лента финишная	Д	
Спортивные игры			
5.21	Щиты баскетбольные с кольцами и сеткой	Г	
5.22	Мячи баскетбольные	К	
5.23	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	
5.24	Сетка волейбольная	Д	
5.25	Футбольные ворота	Д	
5.26	Сетка для ворот	Д	
5.27	Мячи волейбольные	Г	
5.28	Мячи резиновые	К	
5.29	Компрессор для накачивания мячей	Д	
5.30	Мячи футбольные	Г	
Туризм			
5.31	Палатки туристические	Г	
5.32	Рюкзаки туристические	К	
Измерительные приборы			
5.33	Весы	Д	
5.34	Доска для измерения гибкости	Д	
Средства доврачебной помощи			
5.35	Аптечка медицинская	Д	
Дополнительный инвентарь			
	Доска аудиторная с магнитным покрытием	Д	

6.	**Спортивные залы (кабинет)**		
6.1	Спортивный зал игровой		
6.2	Зимний дворик		
6.3	Зона рекреации		
6.4	Кабинет учителя		
6.5	Подсобное помещение для хранения и оборудование		
7.	**Пришкольная площадка**		
7.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
7.2	Сектор для метания	Д	
7.3	Игровое поле для мини-футбола	Д	

Д – демонстрационный материал (1 экземпляр, кроме специально оговоренных случаев);
К – комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);
Г – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся

Содержание данной программы предназначено для учащихся основной и подготовительной медицинских групп. Занятия с учащимися специальных медицинских групп должны вестись по специальным программам в соответствии со степенью заболевания и состоянием здоровья каждого ученика.

Ниже представлено тематическое планирование в соответствии с учебником для общеобразовательных учреждений автора В.И.Ляха: "Физическая культура. 1-4 классы (М.: Просвещение, 2014).

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

для учащихся 2-х классов (102 часа)

I-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Легкоатлетические упражнения (12 часов)									
1	Освоение навыков ходьбы, развитие координационных способностей.	1	Организационные команды. Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприсяде, с различным положением рук. КОРУ №1 на месте без предметов (8 упр.) Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.	Формирование первоначальных знаний о понятии физическая культура (ФК) и легкая атлетика.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетики.		
2		1	Организационные команды. КОРУ №1. С коротким, средним и длинным шагом на носках, на пятках, приставными шагами боком, с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Подвижная игра: "Класс, смирно!".	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения легкой атлетики.		
3	Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движения, коротким шагом в чередовании с ходьбой. Челночный бег 3х5, 3х10м. Эстафеты с бегом на скорость.	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние легкой атлетики на здоровье человека.		
4		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по размеченным участкам дорожки коротким и средним шагом. Челночный бег 3х10м/сек. Подвижная игра: "Море волнуется!".	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления психического здоровья человека.	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Влияние легкой атлетики на физическое развитие человека.		
5	Совершенствование навыков ходьбы и бега,	1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы с преодолением 3-4 препятствий по разметке. Обычный бег с изменением направления движения, коротким, средним и длинным шагом в	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Разновидности упражнений в легкой атлетике (ходьба).		

	развитие скоростных и координационных способностей, выносливости.		чередовании с ходьбой. **Тест:** бег 30м. на результат.		реализации.				
6		1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы и бега, с преодолением 4-5 препятствий по разметке. Равномерный медленный бег до 4 мин.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на интеллектуальное развитие человека.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Разновидности упражнений в легкой атлетике (бег).		
7		1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы и бега, с преодолением 4-5 препятствий по разметке. "Круговая эстафета".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Техника выполнения обычной ходьбы и бега.		
8	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 180*. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты (до 40см.). Подвижная игра: "Гуси-гуси".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Разновидности прыжков. Техника прыжка в длину с места.		
9		1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжок в длину с места, с разбега, с зоны отталкивания (60-70см.). Подвижная игра: "Волк во рву".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника выполнения прыжка в длину с разбега.		
10		1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжок в длину с разбега, с зоны отталкивания (60-70см.), в высоту с 4-5 шагов разбега через горизонтальное препятствия до 40см. Прыжки на скакалке за 30 сек.	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Техника выполнения прыжка с высоты до 40см.		
11	Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки в длину с места, с разбега с зоны отталкивания (60-70см.), с приземлением на обе ноги. Прыжок в длину с места на результат.	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Техника выполнения прыжков на скакалке.		
12		1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки через горизонтальные неподвижные препятствия (до 40см.), с высоты до 40см. Эстафеты с элементами бега и прыжков.	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Техника выполнения прыжка в высоту с 4-5 шагов разбега.		

Подвижные и спортивные игры на материале Баскетбола (12 часов)									
13	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках подвижные и спортивные игры на материале баскетбола.	Формирование первоначальных знаний о баскетболе, как виде спорта. Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале баскетбола.		
14		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Два мороза".	Формирование первоначальных знаний о истории баскетбола Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	История зарождения баскетбола.		
15		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пятнашки".	Формирование первоначальных знаний о влиянии баскетбола на здоровье человека. Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Влияние баскетбола на здоровье и физическое развитие человека.		
16	Освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Прыгающие воробушки".	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Стойки баскетболиста. Правила п/игры "Прыгающие воробушки".		
17		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Зайцы в огороде".	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника ведения мяча на месте. Правила п/игры: "Зайцы в огороде".		
18		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча шагом по прямой в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Лисы и куры".	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника ведения мяча по прямой шагом и бегом.		
19	Освоение техники ловли, передач и	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача мяча снизу двумя руками в парах, с расстояния 2-4м., перекат мяча по полу одной и двумя	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в	Формирование представления о социальной справедливости.	Разновидности передач и перекатов мяча.		

	бросков мяча,		руками в парах с расстояния 2-4м. Подвижная игра: "Кто дальше бросит".	здоровья (рост, вес).	соответствии с содержанием предмета.				
20	развитие способностей к дифференцированию параметров движений.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача снизу двумя руками, перекат мяча по полу одной и двумя руками в тройках с расстояния 2-4м. Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника ловли и передачи мяча двумя руками снизу.		
21		1	Организационные команды. КОРУ №1. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы с места и с одного шага в парах на расстоянии 5-6м. Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника бросков мяча двумя руками от груди, из-за головы.		
22	Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад ведущей и не ведущей рукой. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		
23		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача мяча снизу двумя руками в парах, с расстояния 2-4м., перекат мяча по полу одной и двумя руками в парах с расстояния 2-4м. Учебная игра: "Мяч водящему".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		
24		1	Организационные команды. КОРУ №1. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы с места и с одного шага в парах на расстоянии 5-6м. Учебная игра: "Мяч в корзину".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		

II-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Подвижные и спортивные игры на материале Волейбола (12 часов)									
1 (25)	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках подвижные и спортивные игры на материале волейбола.	Формирование первоначальных знаний о волейболе, как виде спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале волейбола.		
2 (26)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Два мороза".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения волейбола.		
3 (27)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пятнашки".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние волейбола на здоровье и физическое развитие человека.		
4 (28)	Освоение техники подбрасывания и подачи мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой. Подвижная игра: "Прыгающие воробушки".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления психического здоровья человека.	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Формирование понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Стойки волейболиста.		
5 (29)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой (на количество раз). Подвижная игра: "Зайцы в огороде".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Техника подачи мяча снизу одной рукой.		
6 (30)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним- двумя хлопками. Удар по	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии	Развитие мотивов учебной деятельности.	Техника подбрасывания и ловли мяча		

			мячу кулаком, снизу, на расстояние, в парах (2-4м). Подвижная игра: "Лисы и куры".	интеллектуальное развитие человека.	с поставленной задачей и условиями реализации		над собой.		
7 (31)	Освоение техники приема и передачи мяча, развитие способностей к дифференцированию параметров движений.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, ловля мяча двумя руками снизу (2-4м.). Подвижная игра: "Кто дальше бросит".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Техника передачи мяча двумя руками от головы.		
8 (32)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в тройках, ловля мяча двумя руками снизу, сверху (2м.). Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Техника ловли мяча двумя руками снизу.		
9 (33)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, на заданное расстояние (4-6м.). Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника ловли мяча двумя руками сверху.		
10 (34)	Закрепление и совершенствование техники подбрасывания, подачи, приема и передачи мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Техника передвижений волейболиста без мяча.		
11 (35)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой. Учебная игра: "Мяч водящему".	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Правила игры в волейбол по упрощенным правилам.		
12 (36)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, ловля мяча двумя руками снизу (2-4м.). Учебная игра: "Мяч в кольцо".	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Правила игры в волейбол по упрощенным правилам.		

	ориентированию в пространстве.								
Подвижные и спортивные игры на материале Мини-футбола (12 часов)									
13 (37)	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках спортивные и подвижные игры на материале мини-футбола.	Формирование первоначальных знаний о мини-футболе, как виде спорта. Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале мини-футбола.		
14 (38)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Два мороза".	Формирование первоначальных знаний о истории мини-футбола. Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	История зарождения мини-футбола.		
15 (39)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пятнашки".	Формирование первоначальных знаний о влиянии мини-футбола на здоровье человека. Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Влияние мини-футбола на здоровье и физическое развитие человека.		
16 (40)	Освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Прыгающие воробушки".	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Стойки игрока в мини-футболе.		
17 (41)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Зайцы в огороде".	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника ведения мяча ведущей ногой.		
18 (42)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей и не ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Лисы и куры".	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		

19 (43)	Освоение техники передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу, развитие способностей к дифференцированию параметров движений	1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Подвижная игра: "Кто дальше пнет".	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Разновидности передач и остановок мяча.		
20 (44)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в тройках (с расстояния 2м.). Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника передач мяча.		
21 (45)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Удары по не подвижному мячу с 1-2 шагов. Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника остановок мяча.		
22 (46)	Закрепление и совершенствование техники ведения, передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу и на развитие способностей к дифференцированию	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Техника ударов по мячу.		
23 (47)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Учебная игра: "Мяч водящему".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		
24 (48)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Учебная игра: в мини-футбол по упрощенным правилам.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		

	параметров движений, реакции и ориентированию в пространстве.								

III-я четверть (30 часов, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Гимнастика с элементами акробатики (15 часов)									
1 (49)	Освоение строевых упражнений, ОРУ на месте без предметов и с предметами, развитие координационных и силовых способностей, гибкости и правильной осанки.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Основная стойка. Повороты направо, налево. Команды: "Шагом марш!", "Класс, стой!". Понятие о гимнастики, краткая история ее развития. Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики с элементами акробатики.	Формирование первоначальных знаний о понятии гимнастика и акробатика, история их развития.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики с элементами акробатики.		
2 (50)		1	Организационные команды. КОРУ №2 на месте со скакалкой (8 упр.). Размыкание и смыкание приставными шагами. Команда "на два шага разомкнись!". КУ в ходьбе на формирование правильной осанки. Подвижная игра: "Класс, смирно!".	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения гимнастики и акробатики.		
3 (51)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Перестроение из колонны по одному в колонну по два., из одной шеренги в две. Подвижная игра: "Быстрое построение".	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние гимнастики и акробатики на здоровье человека.		
4 (52)		1	Организационные команды. КОРУ №2. **Зачет:** перестроение из колонны по одному в колонну по два., из одной шеренги в две. Передвижение в колонне	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей	Формирование понимания своей этнической и национальной	Влияние гимнастики и акробатики на физическое		

			по одному на указанные ориентиры. Развитие гибкости (4-6 упражнений).	укрепления психического здоровья человека.	и условиями реализации	принадлежности.	развитие человека.		
5 (53)	Освоение техники висов и упоров, развитие координационных и силовых способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Построение по заранее установленным местам. Разновидности упоров. Развитие координации. Подвижная игра: "Быстрый упор!".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Разновидности простейших упоров и техника их выполнения.		
6 (54)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Размыкание в сторону на вытянутые руки. Разновидности висов на гимнастической стенке. Развитие силовых способностей на гимнастической стенке (2-4 упражнения).	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на интеллектуальное развитие человека.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Разновидности простейших висов и техника их выполнения.		
7 (55)		1	Организационные команды. КОРУ №2. **Зачет:** разновидности висов и упоров на гимнастической стенке, скамье, перекладине. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами гимнастических упражнений в висах и упорах.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Комплекс общеразвивающих упражнений №1 (без предметов), №2 (со скакалкой).		
8 (56)	Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки	1	Организационные команды. КОРУ №2. Лазанье по гимнастической стенке и канату. Перелезания через гимнастическое бревно. Развитие координации через подвижную игру: «Класс, смирно!».	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Техника лазанья по гимнастическому канату.		
9 (57)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке, в упоре присев и стоя на коленях, подтягивание, лежа на животе, по горизонтальной скамейке. Развитие силы рук и мышц брюшного пресса (3-4 упр.) на гимнастической скамейке.	Формирование основ знаний о гимнастики, акробатики и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника лазанья по наклонной гимнастической скамейке.		
10 (58)	Освоение навыков равновесия.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами, на бревне (высота 60см.). Ходьба с заданием по	Формирование основ знаний о гимнастике, акробатике и здоровье, как факторе успешной	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Понятие "Равновесие".		

			гимнастической скамейке. Подвижная игра: «Белочки и собачки».	социализации человека.					
11 (59)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Перешагивание через горизонтальные препятствия на полу, повороты кругом стоя и при ходьбе на носках. Ходьба с заданием по рейке гимнастической скамейке.	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Техника выполнения базовых упражнений в равновесии.		
12 (60)	Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Перелезания через гимнастического коня. Прыжки на гимнастическом мостике в глубину с 3-4 шагов разбега. Эстафеты в беге и прыжках, на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разновидности опорных прыжков в гимнастике.		
13 (61)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Перелезания через гимнастического коня. Прыжки на гимнастическом мостике в высоту, через горизонтальное препятствие с 3-4 шагов разбега. Эстафеты в беге и прыжках на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Техника выполнения прыжков на гимнастическом мостике, в глубину, с опорой на предмет.		
14 (62)	Освоение акробатических упражнений, развитие координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	Разновидности акробатических упражнений.		
15 (63)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Техника выполнения базовых акробатических упражнений.		
Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (3 часа)									
16 (64)	Комплексное развитие координа	1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами упражнений в висах и упорах.	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-	Развитие самостоятельности.	Техника размыкания и смыкания в строю.		

	ционных			базовых видов спорта.	сверстник.				
17 (65)	и кондиционных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках с элементами лазанья и перелезания.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника перестроения из колонны по одному в колонну по два.		
18 (66)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника перестроения из одной шеренги в две.		
Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики (3 часа)									
19 (67)	Комплексы упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Комплекс упражнений (КУ) № 1 для утренней зарядки (7-8 упр.). Правила ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.	Овладение умением организовывать режим дня.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Инструктаж по ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.		
20 (68)		1	Организационные команды. КУ №1 для утренней зарядки. КУ №1 для физкультминутки (3-4 упр.). Подвижная игра: "Класс, смирно!".	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Комплекс упражнений №1 для утренней гимнастики.		
21 (69)		1	Организационные команды. КОРУ №2 со скакалкой. КУ №1 в ходьбе с разным положением рук для профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки. Подвижная игра: "Охотники и утки".	Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разновидности ходьбы и положения рук во время ходьбы.		
Лыжная подготовка (9часов)									
22 (70)	Освоение техники лыжных ходов, поворотов, спусков, подъемов и торможен	1	Организационные команды. Переноска и одевание лыж. Ступающий шаг без палок. Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.	Формирование первоначальных знаний о понятии лыжная подготовка, история развития лыжного спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский спорт.	Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.		
23 (71)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Подъемы и спуски с небольших склонов.	Формирование первоначальных знаний о значении занятий лыжами для укрепления здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский спортсменов.	История зарождения лыжного спорта.		

24 (72)	ий, развитие выносливости и координационных способностей.	1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками (прохождение отрезков до 15м.). Повороты переступанием. Подъемы и спуски с небольших склонов.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии занятий лыжами на (ФР и ФП) человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю российского спорта.	Влияние занятий лыжами на здоровье человека.		
25 (73)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Прохождение дистанции до 500м.	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Техника скользящего шага.		
26 (74)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками (прохождение отрезков до 20м.) без палок и с палками. Повороты переступанием.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника поворотов переступанием.		
27 (75)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Подъемы и спуски с небольших склонов. Подвижная игра: "Спуск с горы".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника подъема на небольшой склон.		
28 (76)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Подъемы и спуски с небольших склонов. Подвижная игра: "Быстрый подъем".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Техника спуска с небольших склонов.		
29 (77)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками на прямых отрезках до 15м. Развитие выносливости: прохождение дистанции до 800м.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Тактика прохождения дистанций до 1,5 км.		
30 (78)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Развитие выносливости: прохождение дистанции до 800м.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Предупреждение обморожения.		

IV-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Лыжная подготовка (6часов)									
1 (79)	Освоение техники лыжных ходов, поворотов, спусков, подъемов и торможений, развитие выносливости и координационных способностей.	1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.	Формирование знаний о понятии лыжная подготовка, история развития лыжного спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.		
2 (80)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Развитие координации: прохождение прямых отрезков (до 10м.) с заданием.	Формирование знаний о значении занятий лыжами для укрепления здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	Техника скользящего шага.		
3 (81)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Подъемы и спуски с небольших склонов. Развитие выносливости: прохождение дистанции до 600м.	Формирование знаний о позитивном влиянии занятий лыжами на (ФР и ФП) человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Техника поворотов переступанием.		
4 (82)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Подъемы и спуски с небольших склонов. Развитие координации: круговая эстафета (отрезки до 15м).	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Формирование понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Техника подъема на небольшие склоны.		
5 (83)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Развитие выносливости: прохождение дистанции до 800м.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Техника спусков с небольших склонов.		
6 (84)		1	Организационные команды. Скользящий шаг с палками. Развитие выносливости: прохождение дистанции до 1000м.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Тактика прохождения дистанции до 1,5км.		
Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (3 часа)									

7 (85)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами упражнений в висах и упорах.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	КОРУ №2.		
8 (86)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках с элементами лазанья и перелезания.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	КОРУ №2.		
9 (87)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	КОРУ №2.		
Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики (6 часов)									
10 (88)	Игровые задания (эстафеты на развитие физических качеств-быстроты, ловкости, силы и гибкости).	1	Организационные команды. КОРУ №1. Развитие ловкости: игровые задания с баскетбольными мячами. Инструктаж по правилам ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.	Овладение умением организовывать утреннюю оздоровительную зарядку.	Адекватно оценивать свое поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Инструктаж по технике безопасности на уроках ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.		
11 (89)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Развитие ловкости: игровые задания с волейбольными мячами. Развитие гибкости: КУ на гимнастической стенке.	Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	КУ на развитие гибкости.		
12 (90)		1	Организационные команды. КОРУ №2 со скакалкой. Развитие силы рук, мышц брюшного пресса: КУ на гимнастической скамейке. Развитие быстроты: старты из разных И.п. (отрезки до 6-8м).	Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	КУ на развитие быстроты.		
13 (91)		1	Организационные команды. КУ №1 для утренней зарядки. КУ №1 в ходьбе с разным положением рук для профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Развитие умения предугадывать конфликты.	КУ для профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.		
14 (92)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Встречная эстафета (отрезки до 15м.) с	Овладение умением организовывать элементы	Формирование понимания вопроса	Освоение умения находить выходы из	КУ на развитие выносливости.		

			элементами бега, прыжков, метания, лазанья (с гимнастической скамейкой).	других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	важности сотрудничества: ученик-ученик.	спорных ситуаций			
15 (93)			Организационные команды. КОРУ №1. Встречная эстафета (отрезки до 15м.) с элементами бега, прыжков, метания, лазанья (с гимнастической скамейкой).	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-ученик.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций	КУ на развитие силы рук и мышц брюшного пресса.		
Легкоатлетические упражнения (9 часов)									
16 (94)	Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания. Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.	Формирование знаний о понятии физическая культура (ФК) и легкая атлетика.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.		
17 (95)		1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Метание малого мяча с места на дальность, на заданное расстояние, из положения стоя грудью в направлении метания. Подвижная игра: "Дальний бросок".	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Разновидности метаний.		
18 (96)		1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Метание малого мяча с места в горизонтальную и вертикальную цель (2х2м.) с расстояния 4-5м. Подвижная игра: "Точный бросок".	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления социального здоровья человека.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника метания малого мяча в цель.		
19 (97)		1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Метание малого мяча с места на дальность. Метание малого мяча с места в горизонтальную и вертикальную цель (2х2м.) с расстояния 4-5м.	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления психического здоровья человека.	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Техника метания малого мяча на дальность.		
20 (98)	Совершенствование навыков ходьбы и бега, развитие скоростн	1	Организационные команды. КОРУ №2 со скакалкой. Сочетание различных видов ходьбы с преодолением 3-5 препятствий по разметке. КУ в ходьбе и беге коротким шагом на гимнастической скамейке.	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на физическое развитие (ФР) человека.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Роль и значение метательных упражнений в жизни человека.		
21 (99)		1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Обычный бег с	Формирование знаний о позитивном влиянии	Овладение базовыми предметными	Формирование эстетических	Техника обычного бега.		

	ых и координационных способностей,		изменением направления движения, коротким, средним и длинным шагом в чередовании с ходьбой. Развитие выносливости: бег по дистанции до 4 мин.	легкой атлетики на интеллектуальное развитие человека.	понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	потребностей.			
22 **(100)**	выносливости.	1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Сочетание различных видов ходьбы и бега с преодолением 3-5 препятствий по разметке. "Круговая эстафета".	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на эмоциональное развитие человека.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Круговая эстафета.		
23 **(101)**	Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-	1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах на месте, с поворотом на 180*, с продвижением вперед на одной и двух ногах. Прыжки в глубину с высоты до 30см. Подвижная игра: "Гуси-гуси".	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на социальное развитие человека.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Встречная эстафета.		
24 **(102)**	силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Прыжок в длину с места, с 4-5 шагов разбега, с приземлением на одну и обе ноги. Встречная эстафета с элементами прыжков.	Формирование знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Бег для здоровья.		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

для учащихся 3-х классов (102 часа)

I-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Легкоатлетические упражнения (12 часов)									
1	Освоение навыков ходьбы, развитие координационных способностей.	1	Организационные команды. Ходьба с изменением длины и частоты шагов, с перешагиванием через скамейки, с различным положением рук. КОРУ №1 на месте без предметов (8 упр.) Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.	Формирование первоначальных знаний о понятии физическая культура (ФК) и легкая атлетика.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетики.		
2		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба с изменением длины и частоты шагов, с преодолением 4-5 препятствий, с различным положением рук. Подвижная игра: "Класс, смирно!"	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения легкой атлетики.		
3	Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движения, коротким, средним и длинным шагами, зигзагом, в парах. Челночный бег 3х5, 3х10м. Эстафеты с бегом на скорость.	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние легкой атлетики на здоровье человека.		
4		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движения, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени.и т.д. Челночный бег 3х10м/сек. Подвижная игра: "Море волнуется!".	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления психического здоровья человека.	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Влияние легкой атлетики на физическое развитие человека.		
5	Совершенствование навыков ходьбы и бега,	1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы. Обычный бег с изменением направления движения, с вращением вокруг своей оси на полусогнутых ногах. Бег 30м. на результат.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Разновидности упражнений в легкой атлетике (ходьба).		

	развитие				реализации.				
6	скоростных и координационных способностей, выносливости.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы. Бег в коридорчики 30-40см. из разных И.п. Равномерный медленный бег до 5 мин.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на интеллектуальное развитие человека.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Разновидности упражнений в легкой атлетике (бег).		
7		1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы. Бег с максимальной скоростью до 60м."Круговая эстафета".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Техника выполнения бега с максимальной скоростью.		
8	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 180*, по разметкам. Прыжок в длину с места, стоя лицом, боком к месту приземления. Подвижная игра: "Гуси-гуси".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Разновидности прыжков. Техника прыжка в длину с места в разном И.п.		
9		1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжок в длину с места, с разбега, с зоны отталкивания (30-50см.). Подвижная игра: "Волк во рву".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника выполнения прыжка в длину с разбега.		
10		1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжок в длину с разбега, с зоны отталкивания (30-50см.), в высоту с 4-5 шагов разбега через горизонтальное препятствия до 40см. **П**рыжки на скакалке за 30 сек.	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Техника выполнения прыжка с высоты до 40см.		
11	Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки в длину с места, с разбега с зоны отталкивания (30-50см.), с приземлением на обе ноги. Прыжок в длину с места на результат.	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Техника выполнения прыжков на скакалке.		
12		1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки через горизонтальные неподвижные препятствия (до 40см.), с высоты до 60см. Встречная эстафета с элементами бега и прыжков.	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Техника выполнения прыжка с высоты до 60см.		

Подвижные и спортивные игры на материале Баскетбола (12 часов)									
13	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках подвижные и спортивные игры на материале баскетбола.	Формирование первоначальных знаний о баскетболе, как виде спорта. Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале баскетбола.		
14		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пустое место".	Формирование первоначальных знаний о истории баскетбола Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	История зарождения баскетбола.		
15		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Белые медведи".	Формирование первоначальных знаний о влиянии баскетбола на здоровье человека. Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Влияние баскетбола на здоровье и физическое развитие человека.		
16	Освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Пятнашки".	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Стойки баскетболиста. Правила п/игры "Прыгающие воробушки".		
17		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Прыжки по полосам".	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника ведения мяча на месте. Правила п/игры: "Зайцы в огороде".		
18		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча шагом по прямой в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Волк во рву".	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника ведения мяча по прямой шагом и бегом.		
19	Освоение техники ловли, передач и	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача мяча снизу двумя руками в парах, с расстояния 2-4м., перекат мяча по полу одной и двумя	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в	Формирование представления о социальной справедливости.	Разновидности передач и перекатов мяча.		

	бросков мяча,		руками в парах с расстояния 2-4м. Подвижная игра: "Кто дальше бросит".	здоровья (рост, вес).	соответствии с содержанием предмета.				
20	развитие способностей к дифференцированию параметров движений	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача снизу двумя руками, перекат мяча по полу одной и двумя руками в тройках с расстояния 2-4м. Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника ловли и передачи мяча двумя руками снизу.		
21		1	Организационные команды. КОРУ №1. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы с места и с одного шага в парах на расстоянии 5-6м. Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника бросков мяча двумя руками от груди, из-за головы.		
22	Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад ведущей и не ведущей рукой. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		
23		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача мяча снизу двумя руками в парах, с расстояния 2-4м., перекат мяча по полу одной и двумя руками в парах с расстояния 2-4м. Учебная игра: "Мяч водящему".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		
24		1	Организационные команды. КОРУ №1. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы с места и с одного шага в парах на расстоянии 5-6м. Учебная игра: "Мяч в корзину".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		

II-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Подвижные и спортивные игры на материале Волейбола (12 часов)									
1 (25)	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках подвижные и спортивные игры на материале волейбола.	Формирование первоначальных знаний о волейболе, как виде спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале волейбола.		
2 (26)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пустое место".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения волейбола.		
3 (27)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Белые медведи".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние волейбола на здоровье и физическое развитие человека.		
4 (28)	Освоение техники подбрасывания и подачи мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой. Подвижная игра: "Пятнашки".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления психического здоровья человека.	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Формирование понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Стойки волейболиста.		
5 (29)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой (на количество раз). Подвижная игра: "Прыжки по полосам".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Техника подачи мяча снизу одной рукой.		
6 (30)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним- двумя хлопками. Удар по мячу кулаком, снизу, на расстояние, в	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на интеллектуальное	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей	Развитие мотивов учебной деятельности.	Техника подбрасывания и ловли мяча над собой.		

			парах (2-4м). Подвижная игра: "Волк во рву".	развитие человека.	и условиями реализации				
7 (31)	Освоение техники приема и передачи мяча, развитие способностей к дифференцированию параметров движений	1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, ловля мяча двумя руками снизу (2-4м.). Подвижная игра: "Кто точно передаст".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Техника передачи мяча двумя руками от головы.		
8 (32)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в тройках, ловля мяча двумя руками снизу, сверху (2м.). Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Техника ловли мяча двумя руками снизу.		
9 (33)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, на заданное расстояние (4-6м.). Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника ловли мяча двумя руками сверху.		
10 (34)	Закрепление и совершенствование техники подбрасывания, подачи, приема и передачи мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и ориентир	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Техника передвижений волейболиста без мяча.		
11 (35)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой. Учебная игра: "Мяч водящему".	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Правила игры в волейбол по упрощенным правилам.		
12 (36)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, ловля мяча двумя руками снизу (2-4м.). Учебная игра: "Мяч в обруч.	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Правила игры в волейбол по упрощенным правилам.		

	ованию в пространстве.								
Подвижные и спортивные игры на материале Мини-футбола (12 часов)									
13 (37)	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках спортивные и подвижные игры на материале мини-футбола.	Формирование первоначальных знаний о мини-футболе, как виде спорта. Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале мини-футбола.		
14 (38)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пустое место".	Формирование первоначальных знаний о истории мини-футбола. Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	История зарождения мини-футбола.		
15 (39)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Белые медведи".	Формирование первоначальных знаний о влиянии мини-футбола на здоровье человека. Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Влияние мини-футбола на здоровье и физическое развитие человека.		
16 (40)	Освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Пятнашки".	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Стойки игрока в мини-футболе.		
17 (41)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Прыжки по полосам".	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника ведения мяча ведущей ногой.		
18 (42)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей и не ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Волк во рву".	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		
19	Освоение	1	Организационные команды. КОРУ №1.	Формирование навыка	Овладение начальными	Формирование	Разновидности		

(43)	техники передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу, развитие способностей к дифференцированию параметров движений		Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Подвижная игра: "Кто точно передаст".	систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	представления о социальной справедливости.	передач и остановок мяча.		
20 (44)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в тройках (с расстояния 2м.). Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника передач мяча.		
21 (45)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Удары по не подвижному мячу с 1-2 шагов. Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника остановок мяча.		
22 (46)	Закрепление и совершенствование техники ведения, передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу и на развитие способностей к дифференцированию параметр	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Техника ударов по мячу.		
23 (47)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Учебная игра: "Мяч водящему".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		
24 (48)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Учебная игра: в мини-футбол по упрощенным правилам.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		

	ов движений, реакции и ориентированию в пространстве.								

III-я четверть (30 часов, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Гимнастика с элементами акробатики (15 часов)									
1 (49)	Освоение строевых упражнений, ОРУ на месте без предметов и с предметами, развитие координационных и силовых способностей, гибкости и правильной осанки	1	Организационные команды. КОРУ №1. Основная стойка. Повороты направо, налево. Команды: "Шире шаг!", "Чаще шаг!", "Реже!". Понятие о гимнастики, краткая история ее развития. Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики с элементами акробатики.	Формирование первоначальных знаний о понятии гимнастика и акробатика, история их развития.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики с элементами акробатики.		
2 (50)		1	Организационные команды. КОРУ №2 на месте со скакалкой (8 упр.). Команды: "на первый-второй рассчитайсь!". КУ в ходьбе на формирование правильной осанки. Подвижная игра: "Класс, смирно!".	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения гимнастики и акробатики.		
3 (51)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Построение в две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга. Подвижная игра: "Быстрое построение".	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние гимнастики и акробатики на здоровье человека.		
4 (52)		1	Организационные команды. КОРУ №2. **Зачет:** построение в две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга. Передвижение по диагонали, противоходом, "змейкой". Развитие гибкости (4-6 упражнений).	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления психического здоровья человека.	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Формирование понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Влияние гимнастики и акробатики на физическое развитие человека.		

5 (53)	Освоение техники висов и упоров, развитие координационных и силовых способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Построение по заранее установленным местам. Разновидности упоров. Развитие координации. Подвижная игра: "Быстрый упор!".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Разновидности простейших упоров и техника их выполнения.		
6 (54)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Размыкание в сторону на вытянутые руки. Разновидности висов на гимнастической стенке. Развитие силовых способностей на гимнастической стенке (2-4 упражнения).	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на интеллектуальное развитие человека.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Разновидности простейших висов и техника их выполнения.		
7 (55)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Разновидности висов и упоров на гимнастической стенке, скамье, перекладине. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами упражнений в висах и упорах на гимнастическом оборудовании	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Комплекс общеразвивающих упражнений №1 (без предметов), №2 (со скакалкой).		
8 (56)	Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки	1	Организационные команды. КОРУ №2. Лазанье по гимнастической стенке и канату. Перелезания через гимнастическое бревно, коня. Развитие координации через подвижную игру: «Класс, смирно!».	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Техника лазанья по гимнастическому канату.		
9 (57)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке, в упоре присев и стоя на коленях, подтягивание, лежа на животе, по горизонтальной скамейке. Развитие силы рук и мышц брюшного пресса (3-4 упр.) на гимнастической скамейке.	Формирование основ знаний о гимнастики, акробатики и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника лазанья по наклонной гимнастической скамейке.		
10 (58)	Освоение навыков равновесия.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Ходьба с заданием по гимнастической скамейке, бревну (высота до 1м.). Подвижная игра: «Белочки и собачки».	Формирование основ знаний о гимнастике, акробатике и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Понятие "Равновесие".		
11		1	Организационные команды. КОРУ №2.	Овладение умением	Осуществлять взаимный	Развитие понимания и	Техника		

(59)			Повороты на носках и одной ноге, ходьба приставными шагами, приседание и переход в упор присев, упор стоя на колене, сед.	организовывать режим дня.	контроль в совместной деятельности.	сопереживания к чувствам других людей.	выполнения базовых упражнений в равновесии.		
12 (60)	Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Перелезания через гимнастического коня. Прыжки на гимнастическом мостике в глубину с 3-4 шагов разбега. Эстафеты в беге и прыжках, на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разновидности опорных прыжков в гимнастике.		
13 (61)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Перелезания через гимнастического коня. Прыжки на гимнастическом мостике в высоту, через горизонтальное препятствие с 3-4 шагов разбега. Эстафеты в беге и прыжках на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Техника выполнения прыжков на гимнастическом мостике, в глубину, с опорой на предмет.		
14 (62)	Освоение акробатических упражнений, развитие координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Группировка. Перекаты в группировке, с последующей опорой руками за головой. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	Разновидности акробатических упражнений.		
15 (63)		1	Организационные команды. КОРУ №2. 2-3 кувырка вперед, стойка на лопатках, мост из положения лежа на спине. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Техника выполнения базовых акробатических упражнений.		
Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (3 часа)									
16 (64)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами упражнений в висах и упорах.	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник. Развитие самостоятельности.		Техника построения в две шеренги, перестроения из двух шеренг в два круга.		
17 (65)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках с элементами лазанья и перелезания.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника выполнения команд: "Шире, чаще и реже		

					взрослый.		шаг!".		
18 (66)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках, на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника передвижений по диагонали, противоходом, "змейкой".		
Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики (3 часа)									
19 (67)	Комплексы упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Комплекс упражнений (КУ) № 1 для утренней зарядки (7-8 упр.). Правила ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.	Овладение умением организовывать режим дня.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Инструктаж по ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.		
20 (68)		1	Организационные команды. КУ №1 для утренней зарядки. КУ №1 для физкультминутки (3-4 упр.). Подвижная игра: "Класс, смирно!".	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Комплекс упражнений №1 для утренней гимнастики.		
21 (69)		1	Организационные команды. КОРУ №2 со скакалкой. КУ №1 в ходьбе с разным положением рук для профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки. Подвижная игра: "Охотники и утки".	Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разновидности ходьбы и положения рук во время ходьбы.		
Лыжная подготовка (9часов)									
22 (70)	Освоение техники лыжных ходов, поворотов, спусков, подъемов и торможений, развитие выносливости и координа	1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход без палок. Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.	Формирование первоначальных знаний о понятии лыжная подготовка, история развития лыжного спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский спорт.	Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.		
23 (71)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход без палок и с палками (прямые отрезки до 15м.).	Формирование первоначальных знаний о значении занятий лыжами для укрепления здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский спортсменов.	История зарождения лыжного спорта.		
24 (72)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 20м.). Подъем "лесенкой". Спуски в высокой стойке.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии занятий лыжами на (ФР и ФП) человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю российского спорта.	Влияние занятий лыжами на здоровье человека.		

25 (73)	ционных способностей.	1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 25м.). Подъем "лесенкой". Спуски в высокой стойке.	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Техника попеременного двухшажного хода с палками.		
26 (74)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 30м.). Подъем "лесенкой". Спуски в высокой стойке.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника подъема "елочкой".		
27 (75)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 10м.). Спуски в низкой стойке. Прохождение дистанции до 600м. с равномерной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника спусков с горы в высокой и низкой стойках.		
28 (76)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 10м.). Спуски в высокой и низкой стойке. Прохождение дистанции до 700м. с равномерной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Тактика прохождения дистанций до 2 км.		
29 (77)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 10м.). Спуски в высокой и низкой стойке. Прохождение дистанции до 800м. с равномерной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Предупреждение обморожения.		
30 (78)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 10м.). Прохождение дистанции до 1000м. с равномерной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Предупреждение травматизма.		

IV-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения

				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Лыжная подготовка (6часов)									
1 (79)	Освоение техники лыжных ходов, поворотов, спусков, подъемов и торможений, развитие выносливости и координационных способностей.	1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 10м.). Спуски в высокой и низкой стойке. Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.	Формирование знаний о понятии лыжная подготовка, история развития лыжного спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.		
2 (80)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 10м.). Прохождение дистанции до 1200м. с равномерной скоростью.	Формирование знаний о значении занятий лыжами для укрепления здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	Техника попеременного двухшажного хода.		
3 (81)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 15м.). Спуски в высокой и низкой стойке. Прохождение дистанции до 1400м. с равномерной скоростью.	Формирование знаний о позитивном влиянии занятий лыжами на (ФР и ФП) человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Техника спуска с горы в высокой и низкой стойках.		
4 (82)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 20м.). Подъем в гору "лесенкой" Прохождение дистанции до 1500м. с равномерной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Формирование понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Техника подъема в гору "лесенкой".		
5 (83)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 20м.). **П**рохождение дистанции до 1600м. с равномерной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Тактика прохождения дистанции до 2км. с равномерной скоростью.		
6 (84)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (прямые отрезки до 10м.). Прохождение дистанции до 1700м. с равномерной скоростью.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Самостоятельные занятия на лыжах.		
Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (3 часа)									
7 (85)	Комплексное	1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами	Формирование навыка систематического	Формирование умения определять наиболее	Формирование понимание личностного	КОРУ №2.		

	развитие координационных и кондиционных способностей.		упражнений в висах и упорах.	наблюдения за показателями развития выносливости.	эффективные способы достижения результата.	смысла учения.			
8 (86)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках с элементами лазанья и перелезания.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	КОРУ №2.		
9 (87)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках, на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	КОРУ №2.		
Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики (6 часов)									
10 (88)	Игровые задания (эстафеты на развитие физических качеств - быстроты, ловкости, силы и гибкости)	1	Организационные команды. КОРУ №1. Развитие ловкости: игровые задания с баскетбольными мячами. Инструктаж по правилам ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.	Овладение умением организовывать утреннюю оздоровительную зарядку.	Адекватно оценивать свое поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Инструктаж по технике безопасности на уроках ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.		
11 (89)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Развитие ловкости: игровые задания с волейбольными мячами. Развитие гибкости: КУ на гимнастической стенке.	Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	КУ на развитие гибкости.		
12 (90)		1	Организационные команды. КОРУ №2 со скакалкой. Развитие силы рук, мышц брюшного пресса: КУ на гимнастической скамейке. Развитие быстроты: старты из разных И.п. (отрезки до 6-8м).	Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	КУ на развитие быстроты.		
13 (91)		1	Организационные команды. КУ №1 для утренней зарядки. КУ №1 в ходьбе с разным положением рук для профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Развитие умения предугадывать конфликты.	КУ для профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.		
14 (92)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Встречная эстафета (отрезки до 15м.) с элементами бега, прыжков, метания, лазанья (с гимнастической скамейкой).	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций	КУ на развитие выносливости.		

				базовых видов спорта.	ученик.				
15 (93)			Организационные команды. КОРУ №1. Встречная эстафета (отрезки до 15м.) с элементами бега, прыжков, метания, лазанья (с гимнастической скамейкой).	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-ученик.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций	КУ на развитие силы рук и мышц брюшного пресса.		
Легкоатлетические упражнения (9 часов)									
16 (94)	Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания. Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.	Формирование знаний о понятии физическая культура (ФК) и легкая атлетика.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.		
17 (95)		1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Метание малого мяча с места на дальность, на заданное расстояние, из положения стоя грудью в направлении метания, левая (правая) нога впереди. Подвижная игра: "Дальний бросок".	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Разновидности метаний.		
18 (96)		1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Метание малого мяча с места в горизонтальную и вертикальную цель (1,5х1,5м.) с расстояния 4-5м. Подвижная игра: "Точный бросок".	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления социального здоровья человека.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника метания малого мяча в цель.		
19 (97)		1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Метание малого мяча с места в горизонтальную и вертикальную цель (1,5х1,5м.) с расстояния 4-5м. Броски набивного мяча (1кг.), стоя грудью по направлению метания: двумя руками от груди, из-за головы, снизу.	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления психического здоровья человека.	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Техника бросков набивного мяча (1кг.).		
20 (98)	Совершенствование навыков ходьбы и бега, развитие скоростн	1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Разновидности строевых команд. Сочетание различных видов ходьбы с преодолением 3-5 препятствий. Встречная эстафета с элементами бега, прыжков и метания.	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на физическое развитие (ФР) человека.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Роль и значение метательных упражнений в жизни человека.		
21 (99)		1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Разновидности	Формирование знаний о позитивном влиянии	Овладение базовыми предметными	Формирование эстетических	Техника равномерного		

	ых и координационных способностей, выносливости.		строевых упражнений. Разновидности ходьбы по гимнастической скамейке. СБУ. Равномерный медленный бег до 5 минут.	легкой атлетики на интеллектуальное развитие человека.	понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	потребностей.	медленного бега.		
22 **(100)**		1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Разновидности ходьбы с изменением частоты и длины шага. Бег с заданием. Прыжки с хлопками в ладоши во время полета, многоразовые прыжки (до 5-6 прыжков).	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на эмоциональное развитие человека.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Техника прыжков с хлопками во время полета.		
23 **(101)**	Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Разновидности ходьбы и бега. Тройной и пятерной прыжок с места. Круговая эстафета с элементами бега, прыжков и метания.	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на социальное развитие человека.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Техника тройного и пятерного прыжков.		
24 **(102)**		1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Разновидности ходьбы и бега. Круговая эстафета с элементами бега, прыжков и метания.	Формирование знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Бег для здоровья.		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

для учащихся 4-х классов (102 часа)

I-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Легкоатлетические упражнения (12 часов)									
1	Освоение навыков ходьбы, развитие координационных способностей.	1	Организационные команды. Ходьба с изменением длины и частоты шагов, с перешагиванием через скамейки, с различным положением рук. КОРУ №1 на месте без предметов (8 упр.) Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.	Формирование первоначальных знаний о понятии физическая культура (ФК) и легкая атлетика.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетики.		
2		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба с изменением длины и частоты шагов, с преодолением 4-5 препятствий, с различным положением рук. Подвижная игра: "Класс, смирно!"	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения легкой атлетики.		
3	Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движения, коротким, средним и длинным шагами, зигзагом, в парах. Челночный бег 3х5, 3х10м. Эстафеты с бегом на скорость.	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние легкой атлетики на здоровье человека.		
4		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движения, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени.и т.д. Челночный бег 3х10м/сек. Подвижная игра: "Море волнуется!".	Формирование первоначальных знаний о значении легкой атлетики для укрепления психического здоровья человека.	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Влияние легкой атлетики на физическое развитие человека.		
5	Совершенствован	1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы.	Формирование основ знаний о позитивном	Формирование умения контролировать	Формирование уважительного	Разновидности упражнений в		

	ие навыков ходьбы и бега, развитие скоростных и координационных способностей, выносливости.		Обычный бег с изменением направления движения, с вращением вокруг своей оси на полусогнутых ногах. Бег 30м. на результат.	влиянии легкой атлетики на физическое развитие (ФР) человека.	учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	отношения к культуре других народов.	легкой атлетике (ходьба).		
6		1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы. Бег в коридорчики 30-40см. из разных И.п. Равномерный медленный бег до 8 мин.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на интеллектуальное развитие человека.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Разновидности упражнений в легкой атлетике (бег).		
7		1	Организационные команды. КОРУ №1. Сочетание различных видов ходьбы. Бег с максимальной скоростью до 60м."Круговая эстафета".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Техника выполнения бега с максимальной скоростью.		
8	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки на заданную длину по ориентирам, на расстояние 60-110см. в полосу приземления шириной 30см. Подвижная игра: "Гуси-гуси".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Разновидности прыжков. Техника прыжка на заданную длину		
9		1	Организационные команды. КОРУ №1. Чередование прыжков в длину с места в полную силу и в пол силы на точность приземления. Подвижная игра: "Волк во рву".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника чередования прыжка в длину с места в полную силу и в полсилы.		
10		1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжок с высоты до 70см. с поворотом в воздухе на 90-120см. и с точным приземлением в квадрат. Прыжки на скакалке за 30 сек.	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Техника выполнения прыжка с высоты до 70см. с поворотами.		
11	Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-силовых	1	Организационные команды. КОРУ №1. Прыжки на заданную длину по ориентирам, на расстояние 60-110см. в полосу приземления шириной 30см**.** Прыжок в длину с места на результат.	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Техника выполнения прыжка на расстояние 60-110см.		
12		1	Организационные команды. КОРУ №1. Чередование прыжков в длину с места в полную силу и в пол силы на точность	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Техника выполнения многоскоков.		

	и координационных способностей.		приземления. (многоскоки тройной, пятерной).						
Подвижные и спортивные игры на материале Баскетбола (12 часов)									
13	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках подвижные и спортивные игры на материале баскетбола.	Формирование первоначальных знаний о баскетболе, как виде спорта. Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале баскетбола.		
14		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пустое место".	Формирование первоначальных знаний о истории баскетбола Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	История зарождения баскетбола.		
15		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Белые медведи".	Формирование первоначальных знаний о влиянии баскетбола на здоровье человека. Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Влияние баскетбола на здоровье и физическое развитие человека.		
16	Освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Пятнашки".	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Стойки баскетболиста. Правила п/игры "Прыгающие воробушки".		
17		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Прыжки по полосам".	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника ведения мяча на месте. Правила п/игры: "Зайцы в огороде".		
18		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча шагом по прямой в привычной (удобной) стойке, ведущей рукой. Подвижная игра: "Волк во рву".	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника ведения мяча по прямой шагом и бегом.		

				нагрузок.					
19	Освоение техники ловли, передач и бросков мяча, развитие способностей к дифференцированию параметров движений	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача мяча снизу двумя руками в парах, с расстояния 2-4м., перекат мяча по полу одной и двумя руками в парах с расстояния 2-4м. Подвижная игра: "Кто дальше бросит".	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Разновидности передач и перекатов мяча.		
20		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача снизу двумя руками, перекат мяча по полу одной и двумя руками в тройках с расстояния 2-4м. Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника ловли и передачи мяча двумя руками снизу.		
21		1	Организационные команды. КОРУ №1. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы с места и с одного шага в парах на расстоянии 5-6м. Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника бросков мяча двумя руками от груди, из-за головы.		
22	Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции и ориентир	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча на месте, с 1-2 шагами вперед и назад ведущей и не ведущей рукой. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		
23		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ловля и передача мяча снизу двумя руками в парах, с расстояния 2-4м., перекат мяча по полу одной и двумя руками в парах с расстояния 2-4м. Учебная игра: "Мяч водящему".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		
24		1	Организационные команды. КОРУ №1. Броски мяча двумя руками от груди, из-за головы с места и с одного шага в парах на расстоянии 5-6м. Учебная игра: "Мяч в корзину".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Основы правил игры в баскетбол по упрощенным правилам.		

	ованию в пространстве.								

II-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Подвижные и спортивные игры на материале Волейбола (12 часов)									
1 (25)	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках подвижные и спортивные игры на материале волейбола.	Формирование первоначальных знаний о волейболе, как виде спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале волейбола.		
2 (26)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пустое место".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения волейбола.		
3 (27)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Белые медведи".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние волейбола на здоровье и физическое развитие человека.		
4 (28)	Освоение техники подбрасывания и подачи мяча, развитие скоростно-силовых способностей,	1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой. Подвижная игра: "Пятнашки".	Формирование первоначальных знаний о значении волейбола для укрепления психического здоровья человека.	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Формирование понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Стойки волейболиста.		
5 (29)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой (на количество раз). Подвижная игра: "Прыжки по полосам".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Техника подачи мяча снизу одной рукой.		

6 (30)	ориентирование в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним- двумя хлопками. Удар по мячу кулаком, снизу, на расстояние, в парах (2-4м). Подвижная игра: "Волк во рву".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на интеллектуальное развитие человека.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Техника подбрасывания и ловли мяча над собой.		
7 (31)	Освоение техники приема и передачи мяча, развитие способностей к дифференцированию параметров движений	1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, ловля мяча двумя руками снизу (2-4м.). Подвижная игра: "Кто точно передаст".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Техника передачи мяча двумя руками от головы.		
8 (32)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в тройках, ловля мяча двумя руками снизу, сверху (2м.). Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии волейбола на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Техника ловли мяча двумя руками снизу.		
9 (33)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, на заданное расстояние (4-6м.). Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника ловли мяча двумя руками сверху.		
10 (34)	Закрепление и совершенствование техники подбрасывания, подачи, приема и передачи мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование основ знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Техника передвижений волейболиста без мяча.		
11 (35)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Подбрасывание мяча над собой и ловля мяча, с одним хлопком. Подбивание мяча кулаком снизу над собой. Учебная игра: "Мяч водящему".	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Правила игры в волейбол по упрощенным правилам.		
12 (36)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача мяча двумя руками от головы, по высокой траектории, в парах, ловля мяча двумя руками снизу (2-4м.). Учебная игра: "Мяч в обруч".	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Правила игры в волейбол по упрощенным правилам.		

	движений, реакции и ориентированию в пространстве.								
Подвижные и спортивные игры на материале Мини-футбола (12 часов)									
13 (37)	Специальные передвижения и остановки без мяча, развитие скоростных способностей, способностей к ориентированию в пространстве.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Инструктаж по ТБ на уроках спортивные и подвижные игры на материале мини-футбола.	Формирование первоначальных знаний о мини-футболе, как виде спорта. Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Инструктаж по ТБ на уроках подвижных и спортивных игр на материале мини-футбола.		
14 (38)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег по прямой лицом вперед, приставным шагом, с прямыми ногами вперед, с различным положением рук. Подвижная игра: "Пустое место".	Формирование первоначальных знаний о истории мини-футбола. Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	История зарождения мини-футбола.		
15 (39)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ходьба по прямой, обычный бег, прыжки на одной и двух ногах, с различным положением рук. Подвижная игра: "Белые медведи".	Формирование первоначальных знаний о влиянии мини-футбола на здоровье человека. Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Влияние мини-футбола на здоровье и физическое развитие человека.		
16 (40)	Освоение техники ведения мяча, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в	1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Пятнашки".	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Стойки игрока в мини-футболе.		
17 (41)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Прыжки по полосам".	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника ведения мяча ведущей ногой.		
18 (42)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей	Формирование навыка систематического	Овладение начальными сведениями о сущности	Формирование представления о	Правила игры в мини-футбол по		

	простран стве.		и не ведущей ногой, удобной стороной стопы. Подвижная игра: "Волк во рву".	наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	объектов учебного предмета.	нравственности.	упрощенным правилам.		
19 (43)	Освоение техники передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу, развитие способностей к дифференцированию параметров движений	1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Подвижная игра: "Кто точно передаст".	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Разновидности передач и остановок мяча.		
20 (44)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в тройках (с расстояния 2м.). Подвижная игра: "Точный расчет".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника передач мяча.		
21 (45)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Удары по не подвижному мячу с 1-2 шагов. Подвижная игра: "Метко в цель".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника остановок мяча.		
22 (46)	Закрепление и совершенствование техники ведения, передачи и остановки мяча, ударов по не подвижному мячу и на развитие способностей к	1	Организационные команды. КОРУ №1. Обычный бег с изменением направления движений, по размеченным участкам площадки коротким и средним шагом. Учебная игра: "Играй, играй, мяч не теряй".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Техника ударов по мячу.		
23 (47)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Ведение мяча по прямой шагом, ведущей ногой, удобной стороной стопы. Учебная игра: "Мяч водящему".	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		
24 (48)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Передача и остановка мяча ведущей ногой, удобной частью стопы, в парах (с расстояния 2м.). Учебная игра: в мини-футбол по упрощенным правилам.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Правила игры в мини-футбол по упрощенным правилам.		

	дифференцированию параметров движений, реакции и ориентированию в пространстве.								

III-я четверть (30 часов, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Гимнастика с элементами акробатики (15 часов)									
1 (49)	Освоение строевых упражнений, ОРУ на месте без предметов и с предметами, развитие координационных и силовых способностей, гибкости и правильной осанки	1	Организационные команды. КОРУ №1. Команды: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», рапорт учителю, повороты на месте, расчет попорядку. Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики с элементами акробатики.	Формирование первоначальных знаний о понятии гимнастика и акробатика, история их развития.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики с элементами акробатики.		
2 (50)		1	Организационные команды. КОРУ №2 на месте со скакалкой (8 упр.). Команды: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», рапорт учителю, повороты на месте, расчет попорядку. Перестроение из одной шеренги в три уступами. Подвижная игра: «Класс смирно!»	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	История зарождения гимнастики и акробатики.		
3 (51)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Перестроение из одной шеренги в три уступами. Перестроение из колонны по одному в колонну по три, в движении с поворотом. "Быстрое построение".	Формирование первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления социального здоровья человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Влияние гимнастики и акробатики на здоровье человека.		
4		1	Организационные команды. КОРУ №2.	Формирование	Формирование умения	Формирование	Влияние		

(52)			**Зачет:** перестроение из колонны по одному в колонну по три, в четыре, в движении с поворотом. Развитие гибкости (4-6 упражнений).	первоначальных знаний о значении гимнастики и акробатики для укрепления психического здоровья человека.	планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	понимания своей этнической и национальной принадлежности.	гимнастики и акробатики на физическое развитие человека.		
5 (53)	Освоение техники висов и упоров, развитие координационных и силовых способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Разновидности упоров, на полу, на гимнастической скамейке. Вис завесом, вис на согнутых руках. Развитие координации. Подвижная игра: "Быстрый упор!".	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на физическое развитие (ФР) человека.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Разновидности простейших упоров и техника их выполнения.		
6 (54)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Разновидности упоров, на полу, на гимнастической скамейке. Вис завесом, вис на согнутых руках, вис, согнув ноги. Развитие силовых способностей на гимнастической стенке (2-4 упражнения).	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на интеллектуальное развитие человека.	Формирование умения оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Развитие мотивов учебной деятельности.	Разновидности висов и техника их выполнения.		
7 (55)		1	Организационные команды. КОРУ №2. **Зачет:** разновидности висов (вис прогнувшись, подтягивание в висе, поднимание ног в висе) и упоров на гимнастической стенке, скамье, перекладине. Круговая эстафета с элементами упражнений в висах и упорах на гимнастическом оборудовании.	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на эмоциональное развитие человека.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	Комплекс общеразвивающих упражнений №1 (без предметов), №2 (со скакалкой).		
8 (56)	Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей,	1	Организационные команды. КОРУ №2. Лазанье по канату в три приема. Перелезания через препятствия (гимнастическое бревно, скамейку, коня). Развитие координации через подвижную игру: «Класс, смирно!».	Формирование основ знаний о позитивном влиянии гимнастики и акробатики на социальное развитие человека.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	Техника лазанья по гимнастическому канату в три приема.		
9 (57)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Перелезания через препятствия (гимнастическое бревно, скамейку, коня). Развитие силы рук и мышц брюшного пресса (3-4 упр.) на гимнастической скамейке.	Формирование основ знаний о гимнастики, акробатики и здоровье, как факторе успешной учебы.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	Техника перелезания через препятствия.		

	правильной осанки								
10 (58)	Освоение навыков равновесия.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Ходьба по бревну большими шагами и выпадами, на носках, пятках, в полуприсяде (высота до 1м.). Подвижная игра: «Белочки и собачки».	Формирование основ знаний о гимнастике, акробатике и здоровье, как факторе успешной социализации человека.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Понятие "Равновесие". Разновидности упражнений в равновесии.		
11 (59)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Повороты прыжком на 90* и 180*, опускание в упор, стоя на одном колене. Комбинация №1 на полу (2 больших шага вперед, выпад правой руки в стороны, О.с., поворот на носках на 90*, опускание в упор присев).	Овладение умением организовывать режим дня.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Техника выполнения базовых упражнений в равновесии.		
12 (60)	Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Вскок в упор, стоя на коленях, соскок взмахом рук (на коня, козла). Прыжки на гимнастическом мостике в глубину с 3-4 шагов разбега. Круговая эстафета на гимнастическом оборудовании.	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разновидности опорных прыжков в гимнастике.		
13 (61)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Вскок в упор, стоя на коленях, соскок взмахом рук (на коня, козла). Прыжки на гимнастическом мостике в глубину с 3-4 шагов разбега (с поворотом на 90*-120*). Круговая эстафета на гимнастическом оборудовании.	Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	Техника выполнения опорного прыжка(вскок в упор, стоя на коленях, соскок взмахом рук).		
14 (62)	Освоение акробатических упражнений, развитие координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Кувырок назад, вперед, назад и перекатом назад стойка на лопатках, мост с помощью. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	Разновидности акробатических упражнений. Техника выполнения кувырков.		
15 (63)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Кувырок назад, вперед, назад и перекатом назад стойка на лопатках, мост с помощью. Развитие координации через учебные задания на гимнастических матах.	Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-учитель.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций.	Техника выполнения стойки на лопатках, мост с помощью.		
Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (3 часа)									

16 (64)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами упражнений в висах и упорах.	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Техника выполнения базовых строевых команд.		
17 (65)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках с элементами лазанья и перелезания.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника выполнения базовых упражнений в висах и упорах.		
18 (66)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках, на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Формирование навыка систематического наблюдения за своей величиной физических нагрузок.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника выполнения базового упражнения в опорных прыжках.		
Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики (3 часа)									
19 (67)	Комплексы упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Комплекс упражнений (КУ) № 1 для утренней зарядки (7-8 упр.). Правила ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.	Овладение умением организовывать режим дня.	Умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности.	Развитие эмоционально нравственной отзывчивости.	Инструктаж по ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.		
20 (68)		1	Организационные команды. КУ №1 для утренней зарядки. КУ №1 для физкультминутки (3-4 упр.). Подвижная игра: "Класс, смирно!".	Овладение умением организовывать утреннюю зарядку.	Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	Развитие понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Комплекс упражнений №1 для утренней гимнастики.		
21 (69)		1	Организационные команды. КОРУ №2 со скакалкой. КУ №1 в ходьбе с разным положением рук для профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки. Подвижная игра: "Охотники и утки".	Овладение умением организовывать физкультминутки.	Адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разновидности ходьбы и положения рук во время ходьбы.		
Лыжная подготовка (9часов)									
22 (70)	Освоение техники лыжных ходов, поворотов,	1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками. Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.	Формирование первоначальных знаний о понятии лыжная подготовка, история развития лыжного спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский спорт.	Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.		
23		1	Организационные команды.	Формирование	Формирование умения	Формирование чувств	История		

(71)	спусков, подъемов и торможений, развитие выносливости и координационных способностей.		Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 10м.). Спуски с пологих склонов. Прохождение дистанции до 500м.	первоначальных знаний о значении занятий лыжами для укрепления здоровья человека.	осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	гордости за российский спортсменов.	зарождения лыжного спорта.		
24 (72)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 10м.). Спуски с пологих склонов. Торможение «плугом».	Формирование основ знаний о позитивном влиянии занятий лыжами на (ФР и ФП) человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю российского спорта.	Влияние занятий лыжами на здоровье человека.		
25 (73)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 10м.). Спуски с пологих склонов. Торможение «плугом».	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Техника попеременного двухшажного хода с палками.		
26 (74)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 15м.). Повороты переступанием в движении. Торможение «плугом».	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Овладение начальными сведениями об особенностях объектов учебного предмета.	Формирование представления о свободе личности.	Техника поворотов переступанием в движении.		
27 (75)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 15м.). Повороты переступанием в движении. Торможение «плугом».	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития быстроты.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника торможения плугом.		
28 (76)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 15м.). Подъем «лесенкой». Торможение «плугом».	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Тактика подъема «лесенкой.		
29 (77)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 20м.). Подъем «лесенкой». Торможение «плугом». Прохождение дистанции до 800м.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Предупреждение обморожения.		
30 (78)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с	Формирование навыка систематического	Овладение базовыми межпредметными	Формирование на здоровый образ жизни.	Предупреждение		

			палками (отрезки 20м.). Подъем «лесенкой». Торможение «плугом». Прохождение дистанции до 1000м.	наблюдения за показателями развития гибкости.	понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.		травматизма.		

IV-я четверть (24 часа, при 3-х часовой нагрузки в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол. час	Характеристика деятельности учащихся на уроке	УУД планируемые результаты освоения предмета			Д/нее задание	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные	Личностные		План	Факт
Лыжная подготовка (6часов)									
1 (79)	Освоение техники лыжных ходов, поворотов, спусков, подъемов и торможений, развитие выносливости и координационных способностей.	1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 20м.). Подъем «лесенкой». Торможение «плугом». Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.	Формирование знаний о понятии лыжная подготовка, история развития лыжного спорта.	Развитие способности воспринимать цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за свою Родину.	Инструктаж по ТБ на уроках по лыжной подготовке.		
2 (80)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 20м.). Прохождение дистанции до 1200м.	Формирование знаний о значении занятий лыжами для укрепления здоровья человека.	Формирование умения осознанно выполнять поставленную цель и задачи учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за российский народ.	Техника попеременного двухшажного хода с палками.		
3 (81)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 20м.). Подъем «лесенкой». Торможение «упором».	Формирование знаний о позитивном влиянии занятий лыжами на (ФР и ФП) человека.	Формирование умения в поиске средств осуществление учебной деятельности.	Формирование чувств гордости за историю России.	Техника торможения «упором».		
4 (82)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 20м.). Подъем «елочкой». Торможение «плугом». Прохождение дистанции до 1500м.	Формирование навыка систематического наблюдения за данными мониторинга своего здоровья (рост, вес).	Формирование умения планировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации	Формирование понимания своей этнической и национальной принадлежности.	Техника подъема «елочкой».		
5 (83)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с палками (отрезки 15м.). Повороты переступанием в движении. Подъем «лесенкой» и «елочкой», торможение «плугом» и «упором».	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития силы.	Формирование умения контролировать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Формирование уважительного отношения к культуре других народов.	Тактика прохождения дистанции до 2,5км.с равномерной скоростью.		
6 (84)		1	Организационные команды. Попеременный двухшажный ход с	Формирование навыка систематического	Формирование умения оценивать учебные	Развитие мотивов учебной деятельности.	Самостоятельные занятия на		

			палками (отрезки 15м.). Прохождение дистанции до 2000м.	наблюдения за показателями развития быстроты.	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации		лыжах.		
Общая физическая подготовка – комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (3 часа)									
7 (85)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами упражнений в висах и упорах. Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках с элементами лазанья и перелезания.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития выносливости.	Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Формирование понимание личностного смысла учения.	КОРУ №2.		
8 (86)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге и прыжках, на гимнастическом оборудовании и с инвентарем.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития координации.	Формирование умения определения общей цели и нахождения путей ее достижения.	Формирование понимания социальной роли обучающегося.	КОРУ №2.		
9 (87)		1	Организационные команды. КОРУ №2. Эстафеты в беге, прыжках, с элементами упражнений в висах и упорах.	Формирование навыка систематического наблюдения за показателями развития гибкости.	Умение договариваться о распределении функций в совместной деятельности.	Развитие доброжелательности.	КОРУ №2.		
Общая физическая подготовка с элементами оздоровительной гимнастики (6 часов)									
10 (88)	Игровые задания (эстафеты на развитие физических качеств (быстроты, ловкости, силы и гибкости.	1	Организационные команды. КОРУ №1. Развитие ловкости: игровые задания с баскетбольными мячами. Инструктаж по правилам ТБ на уроках по ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.	Овладение умением организовывать утреннюю оздоровительную зарядку.	Адекватно оценивать свое поведение.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Инструктаж по технике безопасности на уроках ОФП с элементами оздоровительной гимнастики.		
11 (89)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Развитие быстроты: игровые задания с волейбольными мячами. Развитие гибкости: КУ на гимнастической стенке.	Овладение умением организовывать физкультпаузы.	Адекватно оценивать поведение окружающих.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми.	КУ на развитие гибкости.		
12 (90)		1	Организационные команды. КОРУ №2 со скакалкой. Развитие силы рук, мышц брюшного пресса: КУ на гимнастической скамейке. Развитие быстроты: старты из разных И.п. (отрезки до 6-8м).	Овладение умением организовывать подвижные игры.	Формирование умения разрешать конфликты посредством учета интересов сторон.	Развитие умения не создавать конфликты.	КУ на развитие быстроты.		
13 (91)		1	Организационные команды. КУ №1 для утренней зарядки. КУ №1 в ходьбе с разным положением рук для	Овладение умением организовывать элементы других двигательных	Формирование понимания вопроса важности	Развитие умения предугадывать конфликты.	КУ для профилактики плоскостопия и		

			профилактики плоскостопия и коррекции нарушений осанки.	действий на основе базовых видов спорта.	сотрудничества: ученик-учитель.		коррекции нарушений осанки.		
14 (92)		1	Организационные команды. КОРУ №1. Встречная эстафета (отрезки до 15м.) с элементами бега, прыжков, метания, лазанья (с гимнастической скамейкой).	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-ученик.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций	КУ на развитие выносливости.		
15 (93)			Организационные команды. КОРУ №1. Встречная эстафета (отрезки до 15м.) с элементами бега, прыжков, метания, лазанья (с гимнастической скамейкой).	Овладение умением организовывать элементы других двигательных действий на основе базовых видов спорта.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-ученик.	Освоение умения находить выходы из спорных ситуаций	КУ на развитие силы рук и мышц брюшного пресса.		
Легкоатлетические упражнения (9 часов)									
16 (94)	Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Метание малого мяча с места на дальность, из положения, стоя боком в направлении метания. Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике.	Формирование знаний о понятии физическая культура (ФК) и легкая атлетика.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-сверстник.	Развитие самостоятельности.	Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике. Разновидности метаний.		
17 (95)		1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Метание малого мяча с места на точность, заданное расстояние, из положения, стоя боком в направлении метания. Подвижная игра: "Дальний бросок".	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления физического здоровья человека.	Формирование понимания вопроса важности сотрудничества: ученик-взрослый.	Развитие личной ответственности за свои поступки.	Техника метаний малого мяча на дальность и заданное расстояние.		
18 (96)		1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Метание малого мяча с места в горизонтальную и вертикальную цель (1,5х1,5м.) с расстояния 5-6м. Круговая эстафета с элементами бега, прыжков и метания.	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления социального здоровья человека.	Овладение начальными сведениями о сущности объектов учебного предмета.	Формирование представления о нравственности.	Техника метания малого мяча в цель.		
19 (97)		1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Метание малого мяча с места в горизонтальную и вертикальную цель (1,5х1,5м.) с расстояния 5-6м. Круговая эстафета с элементами бега, прыжков и метания.	Формирование знаний о значении легкой атлетики для укрепления психического здоровья человека.	Овладение начальными сведениями о процессах и явлении действительности в соответствии с содержанием предмета.	Формирование представления о социальной справедливости.	Роль и значение метательных упражнений в жизни человека.		
20 (98)		1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Бросок набивного мяча (1кг.)	Формирование знаний о позитивном влиянии	Овладение начальными сведениями об	Формирование представления о	Техника бросков		

			двумя руками из-за головы, от груди, снизу-вверх, из положения, стоя грудью в направлении метания, левая (правая) нога впереди, с места, с шага на дальность и заданное расстояние.	легкой атлетики на физическое развитие (ФР) человека.	особенностях объектов учебного предмета.	свободе личности.	набивного мяча (1кг.).		
21 (99)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Прыжок в длину с разбега «согнув ноги». Встречная эстафета с элементами бега, прыжков, метания, гимнастическими и игровыми упражнениями, с мячами.	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на интеллектуальное развитие человека.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование эстетических потребностей.	Техника прыжка в длину с разбега «согнув ноги».		
22 **(100)**		1	Организационные команды. КОРУ №1 без предметов. Прыжок в длину с разбега «согнув ноги». КУ с многоскоками.	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на эмоциональное развитие человека.	Овладение базовыми предметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование человеческих ценностей и чувств.	Техника выполнения многоскоков.		
23 **(101)**		1	Организационные команды. КОРУ №2со скакалкой. Прыжок в высоту с прямого разбега. Встречная эстафета с элементами бега, прыжков, метания, гимнастическими и игровыми упражнениями, с мячами.	Формирование знаний о позитивном влиянии легкой атлетики на социальное развитие человека.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование установки на безопасный образ жизни.	Техника прыжка в высоту с прямого разбега.		
24 **(102)**		1	Организационные команды. КУ №1 утренней зарядки. Прыжок в высоту с бокового разбега. КУ с многоскоками.	Формирование знаний о ФК и здоровье, как факторе успешной учебы.	Овладение базовыми межпредметными понятиями отражающими сущность связи между объектами и процессами.	Формирование на здоровый образ жизни.	Техника прыжка в высоту с бокового разбега.		

Требования к уровню подготовки выпускников получивших начальное общее образование

Знать и иметь представление:

- об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
- о способах и особенностях достижений и передвижений человека, роли и значении психических и биологических процессов в осуществлении двигательных актов;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;
- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- о физических качествах и общих правилах их тестирования;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия;
- взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

Демонстрировать:

Физические способности	Физическое упражнение	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м/сек. с высокого старта с опорой на руку	6,5	7,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см. Сгибание рук в висе лежа (кол-во раз)	130 5	125 4
К выносливости	Бег 1000м. Передвижение на лыжах 1,5км. Плавание произвольным стилем 25м.	Без учета времени Без учета времени Без учета времени	
К	Челночный бег	11,	1

координации	3х10 м/сек.	0	1,5

Литература:

1 Методическое пособие для физкультурного работника: «Организация физкультурно-оздоровительной работы», авторы: Д.С. Крюков, Н.А. Мусаелов. М., «Физкультура и спорт», 1972.

2. Книга учителя физической культуры, авторы: В.С. Каюрова. Предисл. И.П. Савинкова. М., «Физкультура и спорт», 1973.

3. Учебник для физ. Техникумов: Спортивные и подвижные игры». Изд. 2-е, авторы: Л.И. Гурович, Г.П. Иванова, Н.М. Люкшинов, Г.С. Ласин, Ю.И. Портных. М., «Физкультура и спорт», 1977.

4. Пособие для широкого круга читателей: «400 упражнений с палкой и стулом», автор: А.П. Колтановский, М.: Физкультура и спорт, 1983.

5. Книга для учащихся: «Стадион во дворе», авторы: Н.П. Клусов, А.А. Цуркан. М.: Просвещение, 1984.

6. Книга для педагогов групп продленного дня: «Физкультура в режиме продленного дня», автор: С.В. Хрущев, рецензент: доктор мед.наук, проф. Л.И. Абросимова. М.: «Физкультура и спорт», 1986.

7. Пособие для воспитателей детских садов: «Детские подвижные игры народов СССР», автор: А.В. Кенеман, под. Ред. Т.И. Осокиной. М.: Просвещение, 1989.

8. Библиотечка: «Оздоровительный бег, с чего начинать», автор: Л.И. Верещагин. Л.: Лениздат, 1990.

9. Программа общеобразовательных учреждений: «Физическое воспитание учащихся 1-11 классов, основанной на одном из видов спорта (баскетбол)», авторы: Е.Н. Литвинов, М.Я. Виленский, Б.И. Туркунов. М.: Просвещений, 1996.

10. Методическое пособие для студентов физкультурных учебных заведений: «Волейбол, гандбол, баскетбол. Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам», авторы: В.Ф. Мишенькина, О.С. Шалаев, И.А. Сучкова. Омск: СибГАФК, 1998.

11. Дополнительная образовательная программа: «Мини-футбол для групп начальной подготовки, на 2 года (для детей 8-10лет)», авторы: А.В. Жданов, В.А. кузнецов, С.А. Драч, В.В. Юдин. Новый Уренгой, НП «Федерация мини-футбола ЯНАО», 2008.

12. Примерной программы общеобразовательных учреждений: «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов», авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич М.: Просвещение, 5-е издание, 2008.

13. Учебно-практическое издание для специалистов в области физической культуры и спорта: «300 упражнений с мячом», авторы: А.В. Исакова, Н.В. Васильева. Омск. БОУДПО «ИРООО», 2009.

14. Учебник для общеобразовательных учреждений: «Физическая культура 1-4 классы», 13 издание, автор: В.И. Лях. М.: Просвещение, 2014.