

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Тамбовской области

Администрация Знаменского муниципального округа

МБОУ «_Знаменская СОШ»

Покрово-Марфинский филиал

Утверждаю: Директор школы _____ И.В.Злобина Приказ № 486 от « 1 » __09__ 2023 г.	Согласовано: Зам.директора по УВР _____ М.А. Шебунова	Рассмотрено и рекомендовано к утверждению на заседании ШМО Протокол №_1__ От «_30_» __08__ 2023 г.
--	--	--

Рабочая программа по физической культуре 1-4 классы

Учитель : Пронкина М.С.

Знаменка 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится

образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

В 1 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 66 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка. Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
- выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	1	0	0	05.09.2022	обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями, которым обучают школьников на уроках физической культуры, рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений, которые умеют выполнять;; проводят наблюдение за передвижениями животных и выделяют общие признаки с передвижениями человека;; проводят сравнение между современными физическими упражнениями и трудовыми действиями древних охотников, устанавливают возможную связь между ними;	Устный опрос;	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev с. 6 - 9
Итого по разделу		1						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Режим дня школьника	1	0	0	08.09.2022	обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;; знакомятся с таблицей режима дня и правилами её оформления, уточняют индивидуальные мероприятия заполняют таблицу (по образцу, с помощью родителей);	Устный опрос;	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev с. 18 - 20
Итого по разделу		1						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	19.09.2022	знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека;; знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/
3.2.	Осанка человека	1	0	0.25	22.09.2022	знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;; знакомятся с возможными причинами нарушения осанки и способами её профилактики;; определяют целесообразность использования физических упражнений для профилактики нарушения осанки;; разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки (упражнения для формирования навыка прямохождения и упражнения для развития силы отдельных мышечных групп);	Устный опрос; Практическая работа; упражнения для контроля осанки;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/

3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	2	0	1	12.09.2022 15.09.2022	обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста; устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления вовремя учебной деятельности, приводят примеры её планирования в режиме учебного дня; разучивают комплексы физкультминуток в положении сидя и стоя на месте (упражнения на усиление активности дыхания, кровообращения и внимания; профилактики утомления мышц пальцев рук и спины); обсуждают рассказ учителя о пользе утренней зарядки, правилах выполнения входящих в неё упражнений; уточняют название упражнений и последовательность выполнения в комплексе; разучивают комплекс утренней зарядки, контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений (упражнения для усиления дыхания и работы сердца; для мышц рук, туловища, спины, живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма);	Устный опрос; Практическая работа; выполнение комплексов УТГ и физкультминуток;	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev с. 42 - 46
Итого по разделу		4						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры</i>	4	0	0	01.09.2022 07.11.2022 09.01.2023 03.04.2023	знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению; знакомятся с формой одежды для занятий физической культурой в спортивном зале и в домашних условиях, во время прогулок на открытом воздухе;	Устный опрос;	https://fk12.ru/ucheniku/bezopasnost
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях</i>	2	0	0	26.09.2022 29.09.2022	знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;; наблюдают образец техники учителя, уточняют требования к выполнению отдельных исходных положений;; разучивают основные исходные положения для выполнения гимнастических упражнений, их названия и требования к выполнению (стойки; упоры; седы, положения лёжа);	принятие заданных И.П.; самоконтроль; взаимоконтроль	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassilyah с. 112 - 115
4.3.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения организующие команды на уроках физической культуры</i>	3	0	0,5	06.10.2022 10.11.2022 14.11.2022	наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;; разучивают способы построения стоя на месте (шеренга, колонна по одному, две шеренги, колонна по одному и по два);; разучивают повороты, стоя на месте (вправо, влево);; разучивают передвижение ходьбой в колонне по одному с равномерной скоростью;	Выполнение строевых команд;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/
4.4.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения</i>	3	0	0	28.11.2022 05.12.2022 08.12.2022	наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов;; разучивают стилизованные передвижения (гимнастический шаг; гимнастический бег; чередование гимнастической ходьбы с гимнастическим бегом);; разучивают упражнения с гимнастическим мячом (подбрасывание одной рукой и двумя руками; перекладывание с одной руки на другую; прокатывание под ногами; поднимание ногами из положения лёжа на полу);; разучивают упражнения со скакалкой (перешагивание и перепрыгивание через скакалку, лежащую на полу; поочерёдное и последовательное вращение сложенной вдвое скакалкой одной рукой с правого и левого бока, двумя руками с правого и левого бока, перед собой);; разучивают упражнения в гимнастических прыжках (прыжки в высоту с разведением рук и ног в сторону; с приземлением в полуприседе; с поворотом в правую и левую сторону);	Визуальная оценка техники выполнения;	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassilyah с.126 - 128, 130 - 132

4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	3	0	0	17.11.2022 21.11.2022 24.11.2022	наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки; обучаются подъёму туловища из положения лёжа на спине и животе;; обучаются подъёму ног из положения лёжа на животе;; обучаются сгибанию рук в положении упор лёжа;; разучивают прыжки в группировке, толчком двумя ногами;; разучивают прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами;	Визуальная оценка техники выполнения;	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah с. 123 - 125
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	2	0	0	16.01.2023 12.01.2023	по образцу учителя разучивают выполнение строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу;; разучивают способы передвижения в колонне по две лыжами в руках;	Выполнение строевых команд;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	5	0	0	19.01.2023 02.02.2023 26.01.2023 30.01.2023 23.01.2023	наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя ступающим шагом, уточняют отдельные её элементы;; разучивают имитационные упражнения техники передвижения на лыжах ступающим шагом, контролируют отдельные её элементы;; разучивают и совершенствуют технику ступающего шага во время передвижения по учебной дистанции;; наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя скользящим шагом, уточняют отдельные её элементы, сравнивают с техникой ступающего шага, выделяют отличительные признаки;; разучивают имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом без лыж, контролируют отдельные её элементы (по фазам движения и в полной координации);; разучивают технику передвижения скользящим шагом в полной координации и совершенствуют её во время прохождения учебной дистанции;	Визуальная оценка техники выполнения;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	4	0	0	10.10.2022 20.03.2023 13.04.2023 17.04.2023	обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с использованием лидера (передвижение учителя);; обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения с использованием метронома;; обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения (по команде);; обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью с использованием лидера (передвижение учителя);; обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью;; обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения с использованием лидера;; обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения (по команде);; обучаются равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой (по команде);	Визуальная оценка техники выполнения; бег в парах "Кто быстрее";	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	0	0	17.10.2022 22.12.2022 13.03.2023 10.04.2023	знакомятся с образцом учителя и правилами его выполнения (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления); разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону); обучаются приземлению после прыгивания с горки матов;; обучаются прыжку в длину с места в полной координации;	Визуальная оценка техники выполнения; игра "Многоскоки";	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/

4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	4	0	0	19.12.2022 02.03.2023 06.03.2023 18.05.2023	наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление); разучивают фазу приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки); разучивают фазу отталкивания (прыжки на одной ноге по разметкам, многоскоки, прыжки толчком одной ногой вперёд-вверх с места и с разбега с приземлением); разучивают фазы разбега (бег по разметкам с ускорением; бег с ускорением и последующим отталкиванием); разучивают выполнение прыжка в длину с места, толчком двумя в полной координации;	Визуальная оценка техники выполнения; игра - соревнование "Лучший прыгун в высоту";	https://fk12.ru/books/fizicheska-ya-kultura-1-4-klassy-lyah-c.102
4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	14	0	0	24.10.2022 27.10.2022 15.12.2022 26.12.2022 29.12.2022 06.02.2023 09.02.2023 13.02.2023 16.02.2023 27.02.2023 16.03.2023 23.03.2023 06.04.2023 22.05.2023	разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих;; разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок;; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам);; играют в разученные подвижные игры;	Выполнение игровых правил; взаимооценка;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/189786/
Итого по разделу		48						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	12	0	12	03.10.2022 13.10.2022 20.10.2022 01.12.2022 12.12.2022 09.03.2023 20.04.2023 24.04.2023 27.04.2023 04.05.2023 11.05.2023 15.05.2023	демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;	https://user.gto.ru
Итого по разделу		12						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	13.75				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел программы	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
			всего	контрольные работы	практические работы		
1.	4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	0	01.09.2022	Устный опрос
2.	1.1.	Что понимается под физической культурой	1	0	0	05.09	Устный опрос
3.	2.1.	Режим дня школьника	1	0	0	08.09	Устный опрос
4.	3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0,5	12.09	Устный опрос; Практическая работа; выполнение комплексов УГГ;
5.	3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0,5	15.09	Устный опрос; Практическая работа; выполнение комплексов и физкультминуток;
6.	3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	19.09	Устный опрос
7.	3.2.	Осанка человека	1	0	0.25	22.09	Устный опрос; Практическая работа; упражнения для контроля осанки;
8.	4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	1	0	0	26.09	принятие заданных И.П.; самоконтроль; взаимоконтроль
9.	4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	1	0	0	29.09	принятие заданных И.П.; самоконтроль; взаимоконтроль
10.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (быстрота)	1	0	1	03.10	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
11.	4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0	0	06.10	Выполнение строевых команд;
12.	4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0	0	10.10	Визуальная оценка техники выполнения; бег в парах "Кто быстрее";
13.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (выносливость)	1	0	1	13.10	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
14.	4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	1	0	0	17.10	Визуальная оценка техники выполнения; игра "Многоскоки";
15.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к	1	0	1	20.10	Тестирование; выполнение

		нормативным требованиям комплекса ГТО (скоростно-силовые качества)					контрольных нормативов;
16.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	24.10	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
17.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	27.10	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
18.	4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1			07.11	Устный опрос
19.	4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0	0	10.11	Выполнение строевых команд;
20.	4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0	0.5	14.11	Выполнение строевых команд; взаимооценка
21.	4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1	0	0	17.11	Визуальная оценка техники выполнения;
22.	4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1	0	0	21.11	Визуальная оценка техники выполнения;
23.	4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1	0	0	24.11	Визуальная оценка техники выполнения;
24.	4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1	0	0	28.11	Визуальная оценка техники выполнения;
25.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (гибкость)	1	0	1	01.12	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
26.	4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1	0	0	05.12	Визуальная оценка техники выполнения;
27.	4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1	0	0	08.12	Визуальная оценка техники выполнения;
28.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (сила)	1	0	1	12.12	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
29.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	15.12	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
30.	4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	0	19.12	Визуальная оценка техники выполнения; игра - соревнование "Лучший прыгунв высоту";
31.	4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	1	0	0	22.12	Визуальная оценка техники выполнения; игра "Многоскоки";
32.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	26.12	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
33.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	29.12	Выполнение игровых правил; взаимооценка;

34.*	4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1		0	09.01.2023	Устный опрос
35.	4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	1	0	0	12.01	Выполнение строевых команд;
36.	4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	1	0	0	16.01	Выполнение строевых команд;
37.	4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	0	0	19.01	Визуальная оценка техники выполнения;
38.	4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	0	0	23.01	Визуальная оценка техники выполнения;
39.	4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	0	0	26.01	Визуальная оценка техники выполнения;
40.	4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	0	0	30.01	Визуальная оценка техники выполнения;
41.	4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	0	0	02.02	Визуальная оценка техники выполнения;
42.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	06.02	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
43.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	09.02	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
44.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	13.02	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
45.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	16.02	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
46.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	27.02	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
47.	4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	0	02.03	Визуальная оценка техники выполнения; игра - соревнование "Лучший прыгун в высоту";
48.	4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	0	06.03	Визуальная оценка техники выполнения; игра - соревнование "Лучший прыгун в высоту";
49.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (координация)	1	0	1	09.03	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
50.	4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	1	0	0	13.03	Визуальная оценка техники выполнения; игра "Многоскоки";
51.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	16.03	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
52.	4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0	0	20.03	Визуальная оценка техники выполнения; бег в парах "Кто быстрее";

53.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	23.03	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
54.	4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	0	03.04	Устный опрос
55.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	06.04	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
56.	4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	1	0	0	10.04	Визуальная оценка техники выполнения; игра "Многоскоки";
57.	4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0	0	13.04	Визуальная оценка техники выполнения; бег в парах "Кто быстрее";
58.	4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0	0	17.04	Визуальная оценка техники выполнения; бег в парах "Кто быстрее";
59.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (гибкость)	1	0	1	20.04	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
60.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (сила)	1	0	1	24.04	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
61.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (координация)	1	0	1	27.04	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
62.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (скоростно-силовые качества)	1	0	1	04.05	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
63.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (быстрота)	1	0	1	11.05	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
64.	5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО (выносливость)	1	0	1	15.05	Тестирование; выполнение контрольных нормативов;
65.	4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	0	18.05	Визуальная оценка техники выполнения; игра - соревнование "Лучший прыгун в высоту";
66.	4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1	0	0	22.05	Выполнение игровых правил; взаимооценка;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			66	0	13.75		

* дополнительные каникулы с 20 по 26 февраля (предположительно)

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Физическая культура, 1 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<https://fk12.ru/>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://fk12.ru/>

<https://resh.edu.ru/>

<https://www.gto.ru/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Спортивный инвентарь и оборудование, ТСО, спортивные залы и площадки

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ, ДЕМОНСТРАЦИЙ

Спортивный инвентарь и оборудование, измерительные материалы.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 2 класс

№ п/п	Пл ан	Фа кт	Тема, содержание урока	Тип урока	Цели и задачи урока	Планируемые результаты		
						Предметные	Личностные	Метапредметные
I четверть								
Легкая атлетика и кроссовая подготовка								
1	01.09	01.09	Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Специальные упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта.	Знать: Правила поведения на уроке по легкой атлетике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность,
2	05.09	05.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники бега на 30 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.		
3	08.09	08.09	Специальные упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с места.	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места.		
4	12.09	12.09	Развитие скоростных качеств. Медленный бег 4-5 м. О.Р.У. Метание мяча на дальность. Многоскоки с ноги на ногу.	Комбинированный	Обучение технике метание мяча на дальность, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике метание мяча на дальность.		
5	15.09	15.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Стартовый разгон. Игры	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники метания мяча на дальность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.		
6	19.09	19.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Совершенствован	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; прыгать в длину с разбега.		

			ие.					рассудительность.
7	22.09	22.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подвижные игры с элементами бега.	Комбинированный	Учёт техники бега с высокого старта на 30 метров	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
8	26.09	26.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Скоростно-силовые упражнения.	Комбинированный	Учет техники прыжков в длину с места, совершенствование техники метания мяча на дальность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места выполнять метание мяча на дальность.		Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
9	29.09	29.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Развитие скоростных качеств .Ч/бег.	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
10	03.10	03.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Техника метания .Обучение .Подвижные игры.	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств, учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: выполнять силовые упражнения.		Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
11	06.10	06.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с разбега. Многоскоки.	Комбинированный	Развитие выносливости, учет техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		Умение планировать
12	10.10	10.10	Строевые упражнения. Медленный бег 4-5 минут. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Эстафеты..	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с места, учет техники метания мяча на дальность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнять метания мяча на дальность.		
13	13.10	13.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Метание мяча в цель .Длина с места.	Комбинированный	Учет техники бега на 30 метров, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.		

14	17. 10	17. 10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.	личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных норм.	собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
15	20. 10	20. 10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Л / а эстафеты. Ч/б 3*10.	Комбинированный	Учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Уметь: Бегать на средние дистанции.		
16	24. 10	24. 10	Медленный равномерный бег 4-6 минут .Силовые упражнения.	Комбинированный	Развитие выносливости	Уметь: бегать на длинные дистанции.		
17	27. 10	27. 10	Развитие скоростных качеств. Бег 30 метров на результат.	Контроль	Развитие скоростных качеств	Уметь: бегать короткие дистанции.		
18	31. 10	31. 10	Подвижные игры с элементами л/а .Бег 1000 метров.	Текущий	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс спец. упражнений.		
II четверть (14 часов подвижные игры с элементами спортивных игр)								
19	14. 11	14. 11	Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета. Упр. с баскетбольными мячами.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по подвижным играм. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Знать: Правила поведения на уроке по подвижным играм. Уметь: выполнять комплекс ОРУ. Знать: правила игры;	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные:
20	17. 11	17. 11	О.Р.У. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать: правила игры;		

			«Попади в мяч».					
21	21.11	21.11	Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Ловля и передача мяча в движении. Эстафеты с баскетбольными мячами.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать: правила игры;	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений.
22	24.11	24.11	Основная стойка баскетболиста .О.Р.У. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Передача и ловля мяча на месте в парах. Подвижная игра «Попади в мяч».	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать: правила игры;		Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
23	28.11	28.11	Обучение ведению мяча. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Эстафета. Подвижная игра «Попади в мяч».	Обучение	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре и эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать: правила игры;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
24	01.12	01.12	Обучению и ведению мяча. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Эстафета	Обучение	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать: правила игры;		Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
25	05.12	05.12	Совершенствование техники ведения мяча. О.Р.У. Передача и ловля мяча на месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель».	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Обучение технике бросков мяча в корзину. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловлю мяча. Научиться: технике бросков мяча в корзину. Знать: правила игры;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
26	08.12	08.12	Строевые упражнения. Медленный бег.	Игровой	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать	С выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать: правила	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Умение планировать собственную деятельность,

			О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Эстафета. Подвижная игра «Метко в цель».		развитию физических качеств в игре и эстафете.	игры;		распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
27	12.12	12.12	Строевые упражнения. Ведение мяча..	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловлю мяча. Знать: правила игры;	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	
28	15.12	15.12	О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от пола. Передача и ловля мяча на месте в парах.					
29	19.12	19.12	Игра « Волк во рву»					
30	22.12	22.12	Стойка и передвижение баскетболиста	Комбинированный	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловлю мяча. Знать: правила игры;		
31	26.12	26.12	.Упражнения с мячами.					
32	28.12	28.12	Подвижные игры. Силовые упражнения.					

III четверть

Гимнастика с элементами акробатики

33	12.01	12.01	ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку. Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике. Обучение технике выполнения акробатических упражнений..	Вводный	Развитие скоростно-силовых качеств.	Знать: Правила поведения на уроке по гимнастике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения акробатических упражнений. Уметь: выполнять прыжки через скакалку	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических	Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений.
34	16.01	16.01	Строевые упражнения. Медленный бег.	Комбинированный	Развитие ловкости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Ходить по гимнастической скамейке;		

			О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке.			Ползать по гимнастической скамейке.	нагрузок.	Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений.
35	19.01	19.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Перекаты в группировке.	Комбинированный	Обучение технике лазания по гимнастической лестнице.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике лазания по гимнастической лестнице.		
36	23.01	23.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Лазанье по канату произвольным способом.	Комбинированный	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по канату произвольным способом.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазанье по канату произвольным способом.		Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
37	26.01	26.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Ходьба по гимнастической скамейке. Лазанье по наклонной скамейке.	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять Упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	
38	30.01	30.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. ОФП на силу. Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со
39	02.02	02.02	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Стойка на лопатках.	Комбинированный	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по канату произвольным способом.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазания по канату произвольным способом.		
40	06.02	06.02	Строевые упражнения.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять		

			Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения.» Мост» из положения лежа на спине.		акробатических упражнений. Совершенствование техники лазания по гимнастической лестнице.	акробатические упражнения; выполнять лазания по канату произвольным способом.	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.</p> <p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>Развитие</p>	<p>сверстниками в парах и группах при разучивании Акробатических упражнений.</p> <p>Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.</p> <p>Регулятивные: Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.</p> <p>Способы организации рабочего места.</p>
41	09.02	09.02	ТБ на уроке по лыжной подготовке. Повороты на месте. Передвижение скользящим шагом (б/п)	Вводный	Ознакомить с Техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Обучение технике поворотов на месте. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок).	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Научиться: технике поворотов на месте. Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок).		
42	13.02	13.02	Лыжный инвентарь. Повороты на месте. Передвижение скользящим шагом (без палок). Передвижение скользящим шагом 30 м.	Комбинированный	Совершенствование техники поворотов на месте. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок). Обучение техники передвижения скользящим шагом (с палками) на короткие дистанции на время.	Уметь: выполнять повороты на месте; передвигаться скользящим шагом (без палок). Научиться: техники передвижения скользящим шагом (с палками) на короткие дистанции на время.		
43	16.02	16.02	Передвижение скользящим шагом 30 м. Ступающий шаг с палками.	Комбинированный	Учет техники передвижения скользящим 30 метров, совершенствование техники передвижения ступающим шагом.	Уметь: передвигаться скользящим шагом; Передвигаться ступающим шагом.		
44	20.02	20.02	Подъем ступающим шагом. Ступающий шаг без палок. Эстафеты.	Комбинированный	Совершенствование техники подъема ступающим шагом. Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Уметь: подниматься в гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.		
45	27.02	27.02	Скользящий шаг с палками. Правильное дыхание. Техника спусков, подъёмов.	Комбинированный	Совершенствование техники подъема ступающим шагом. Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Уметь: подниматься в гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.		
46	02.03	02.03	Подъем ступающим шагом. Спуски в	Комбинированный	Совершенствование техники подъема	Уметь: подниматься в гору ступающим шагом;		

			высокой стойке. Повороты переступанием вокруг пяток.		ступающим шагом. Совершенствование техники спусков высокой стойке.	спускаться с горы в низкой стойке.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Формирование умения понимать причины успеха /неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.
47	06.03	06.03	Спуски в низкой стойке. Эстафеты .Подъём «лесенкой». Дистанция 500 метров.	Комбинированный	Совершенствование техники спусков в низкой стойке. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: спускаться с горы в низкой стойке. Знать: правила эстафеты.		
48	09.03	09.03	Ступающий шаг. Эстафеты. Техника безопасности при падениях.	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения ступающим шагом. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: Передвигаться ступающим шагом. Знать: правила эстафеты.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	
49	13.03	13.03	Скользкий шаг .Дистанция 500-1000 метров. Эстафеты.	Комбинированный	Обучение технике попеременно двушажного хода (без палок). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Научиться: технике попеременно двушажного хода (без палок). Знать: правила эстафеты.		Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
50	16.03	16.03	Попеременный двухшажный ход (без палок). Эстафеты. Обучение.	Вводный	Ознакомить с Техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Обучение технике поворотов на месте. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок).	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Научиться: технике поворотов на месте. Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок).		
51	20.03	20.03	Ступающий шаг. Попеременный двухшажный ход (с палками). Дистанция 500-1000 метров.	Комбинированный	Совершенствование техники поворотов на месте. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок). Обучение техники передвижения скользящим шагом (с палками) на короткие дистанции на время.	Уметь: выполнять повороты на месте; передвигаться скользящим шагом (без палок). Научиться: техники передвижения скользящим шагом (с палками) на короткие дистанции на время.	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	
52	23.03	23.03	Попеременный двухшажный ход (с/п). Эстафеты .Скользкий шаг .Дистанция по	Комбинированный	Совершенствование техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать	Уметь: Передвигаться попеременным двушажным ходом (с палками). Знать: правила	отзывчивости,	

			кругу. Эстафеты.		развитию физических качеств в эстафете.	эстафеты.	понимания и сопереживания .	
--	--	--	------------------	--	---	-----------	-----------------------------	--

IV четверть

Легкая атлетика (16 часов)

53	06 04		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбинированный	Повторение техники безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Знать: правила поведения на уроке по легкой атлетике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров. Знать: правила игры	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Познавательные: смысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и
54	10 04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Комбинированный	Учёт техники бега с высокого старта на 30 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров.		
55	13 04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с места.	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места.		
56	17 04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Метание мяча на дальность. Многоскоки с ноги на ногу.	Комбинированный	Совершенствование техники метание мяча на дальность, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	
57	20 04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники метания мяча	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.		

			мин. Метание мяча на дальность.		на дальность.			взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
58	24 04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
59	27 04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Бег 30 м.	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники бега на 30 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.	Формирование и проявление положительных качеств личности,	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
60	02 05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	Контроль	Учет техники прыжков в длину с места, совершенствование техники метания мяча на дальность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнять метание мяча на дальность.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
61	04 05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с разбега.	Комбинированный	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной
62	11 05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Бег на 500 м.	Контроль	Развитие скоростно-силовых качеств, учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		
63	15 05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с разбега.	Контроль	Развитие выносливости, учет техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		

64	17 05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	Контроль	Совершенствование техники прыжков в длину с места, учет техники метания мяча на дальность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнять метание мяча на дальность.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
65	18 05	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Многоскоки с ноги на ногу.	Контроль	Учет техники бега на 30 метров, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.			
66	22 05	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.			
67 68	25 05 29 05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м.	Комбинированный	Учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять бег на средние средние дистанции.		

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 3 класс

№ п/п	Пл ан	Фа кт	Тема, содержание урока	Тип урока	Цели и задачи урока	Планируемые результаты		
						Предметные	Личностные	Метапредметные
І четверть								
Легкая атлетика и кроссовая подготовка								
1	01.09	01.09	Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег 3-4 минуты. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта. Развитие скоростно-силовых качеств.	Знать: Правила поведения на уроке по легкой атлетике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров. Выполнять скоростно-силовые упражнения.	систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
2	05.09	05.09	Специальные беговые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Прыжок в длину с места.	Контроль	Учет техники бега на 30 метров. Совершенствование техники прыжков в длину с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров; выполнять прыжков в длину с места.	Развитие	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
3	08.09	08.09	Строевые упражнения. Медленный бег 6-7 минут. О.Р.У. Высокий старт. Бег 60 м. Метание мяча.	Комбинированный	Обучение технике бега на 60 метров. Совершенствование техники метания мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60 метров; выполнять метание мяча на дальность.	самостоятельности и личной ответственности	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании
4	12.09	12.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 60 м. Развитие скоростных качеств.	Комбинированный	Совершенствование техники бега 60 метров. Совершенствование техники прыжков в длину с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60 метров; выполнять прыжков в длину с места.	за свои поступки на основе представлений о	Упражнений.

5	15.09	15.09	Строевые упражнения. Медленный бег 5-7 минут. О.Р.У. Метание мяча. Подвижные игры.	Комбинированный	Совершенствование техники метания мяча. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность. Выполнять скоростно-силовые упражнения.	нравственных норм.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
6	19.09	19.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжки., многоскоки на одной, двух ногах.Бег 500 метров.	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять скоростно-силовые упражнения. Бегать на средние дистанции.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
7	22.09	22.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча.Подвижные игры.	Контроль	Учет техники прыжков в длину с места. Совершенствование техники метания мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнять метание	эмоционально-нравственной	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной
						мяча на дальность.	отзывчивости,	терминологией.
8	26.09	26.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Бег с ускорением.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега. Выполнять скоростно-силовые упражнения.	понимания и сопереживания чувствам	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
9	29.09	29.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Метание мяча. Челночный бег.Бег 30 метров.	Контроль	Учет техники метания мяча. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; Выполнять скоростно-силовые упражнения.	других людей.	сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
10	03.10	03.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Бег на 500 м.Подвижные игры с элементами бега.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега. Бегать на средние дистанции.	Формирование эстетических	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и

11	06.10	06.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Специальные беговые упражнения. Бег 60 метров.	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять скоростно-силовые упражнения.	<p>потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>	<p>анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</p>
12	10.10	10.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Эстафеты. Весёлые старты.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега. Знать правила игры.		
13	17.10	17.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег на 500 м. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	Комбинированный	Развитие выносливости. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции; выполнять прыжок в длину с разбега.		
14	20.10	20.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Техника метания.	Контроль	Учет техники прыжков в длину с разбега. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжок в длину с разбега. Знать правила игры.		
15	24.10	24.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег на 1000 м. Круговая эстафета. Развитие скоростно-силовых	Контроль	Учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции.		
16	27.10	27.10	качеств.					
17	31.10	31.10	Равномерный бег 1000 метров. Подвижные игры с элементами л/а.	Игровой	Развитие ловкости, координации.	Уметь: правильно дышать на длинных дистанциях.		
18	31.10	31.10						
II четверть (14 часов подвижные игры с элементами спортивных игр)								

19	14.11	14.11	Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по подвижным играм. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Знать: Правила поведения на уроке по подвижным играм. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
20	17.11	17.11	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение мяча с изменением направления. Подвижная игра «Передай мяч. садись».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.		
21	21.11	21.11	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Подвижная игра «Метко в цель»	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.		
22	24.11	24.11	Стойка баскетболиста. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.		
23	28.11	28.11	Основная стойка баскетболиста. Перемещения. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Броски в	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Обучение технике бросков мяча в кольцо двумя руками снизу. Способствовать	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Научиться: технике бросков мяча в		

			кольцо двумя руками снизу. Эстафеты.		развитию физических качеств в эстафете.	кольцо двумя руками снизу. Знать правила игры.	эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта,
24	01.12	01.12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте, в движении. Подвижная игра «Охотники и утки».	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Обучение технике бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча в кольцо двумя руками снизу. Научиться: техники бросков мяча одной рукой. Знать правила игры.		
25	05.12	05.12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом ..Ловля мяча. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча одной рукой. Знать правила игры.		
26	08.12	08.12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Подвижная игра «Охотники и утки».	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.		

27	12. 12	12. 12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Броски в кольцо двумя руками снизу. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять бросков мяча в кольцо одной рукой. Знать правила игры.	проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства.	использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
28	15. 12	15. 12						
29	19. 12	19. 12	Совершенствование ведения мяча с изменением направления, высоты отскока .Передача мяча от груди двумя руками .Игры.	Закрепление	Совершенствование элементов баскетбола.	Уметь: применять элементы баскетбола в игре.		
30	22. 12	22. 12						
31	26. 12	26. 12	Закрепление пройденного материала. Подвижные игры. Силовые упражнения.	Комбинируе нный	Совершенствование элементов баскетбола.	Уметь: применять элементы баскетбола в игре.		
32	29. 12	29. 12						
III четверть (8 часов гимнастика с элементами акробатики, 12 часов лыжная подготовка)								
33	12. 01	12. 01	ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике. Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений	Знать: Правила поведения на уроке по гимнастике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упражнения.	Формирование навыка систематического	Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений

34	16.01	16.01	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату. Упражнения в висе стоя и лежа.	Комбинированный	Обучение технике лазания по канату. Выполнить: Упражнения в висе.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике лазания по канату; выполнять упражнения в висе	наблюдения за своим физическим состоянием,	связанных с выполнением организующих упражнений.
35	19.01	19.01	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамье. Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по наклонной скамье. Развитие силы	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять лазание по наклонной скамье; выполнять Подтягивание	величиной физических нагрузок.	Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений.
36	23.01	23.01	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Упражнения в висе стоя и лежа.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Выполнить: Упражнения в висе.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упражнения; выполнить упражнения в висе.	Развитие этических чувств,	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать)
37	26.01	26.01	ТБ на уроке по лыжной подготовке. Скользящий шаг (без палок). Повороты переступанием.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок). Совершенствование техники поворотов переступанием.	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок); Выполнять повороты переступанием.	доброжелательности и эмоционально-	при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
38	30.01	30.01	Скользящий шаг (без палок). Передвижение скользящим шагом (с палками).	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок). Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (с палками).	Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок); Передвигаться скользящим шагом (с палками);	нравственной отзывчивости, понимания и	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия

39	02.02	02.02	Передвижение скользящим шагом (с палками). Повороты переступанием.	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (с палками). Совершенствование техники поворотов переступанием.	Уметь: передвигаться скользящим шагом (с палками); выполнять повороты переступанием.	сопереживания чувствам других людей.	со сверстниками в парах и группах при разучивании Акробатических упражнений.
40	06.02	06.02	Чередование ступающего и скользящего шага. Эстафеты.	Комбинированный	Обучение технике чередования ступающего и скользящего шага. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Научиться: технике чередования ступающего и скользящего шага. Знать правила эстафеты.	Формирование эстетических	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Регулятивные: Формирование
41	09.02	09.02	Чередование ступающего и скользящего шага. Повороты переступанием.	Комбинированный	Совершенствование техники чередования ступающего и скользящего шага. Совершенствование техники поворотов переступанием.	Уметь: выполнять чередование ступающего и скользящего шага. Знать правила эстафеты.	потребностей, ценностей и чувств.	умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.
42	13.02	13.02	Подъем скользящим шагом. Спуски в высокой стойке.	Комбинированный	Обучение технике подъема скользящим шагом. Совершенствование техники спусков в высокой стойке.	Научиться: технике подъема скользящим шагом. Уметь: выполнять спуски в высокой стойке.	Формирование и проявление	Способы организации рабочего места. Формирование умения
43	16.02	16.02	Подъем скользящим шагом. Спуски в низ. Стойке.	Комбинированный	Совершенствование техники подъема скользящим шагом. Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Уметь: выполнять подъем скользящим шагом; выполнять спуски в низкой стойке.	положительных качеств личности,	Формирование умения понимать причины успеха /неуспеха учебной
44	20.02	20.02	Спуски в низкой стойке. Подъем «лесенкой».	Комбинированный	Совершенствование техники спусков в низкой стойке. Обучение технике подъема «лесенкой».	Уметь: выполнять спуски в низкой стойке. Научиться: технике подъема «лесенкой».	дисциплинированности,	деятельности и способности

45	27.02	27.02	Спуски в высокой стойке. Подъем «лесенкой».	Комбинированный	Совершенствование техники спусков в высокой стойке. Совершенствование техники подъема «лесенкой».	Уметь: выполнять спуски в высокой стойке; выполнять подъем «лесенкой».	<p>трудолюбия и упорства</p> <p>в достижении поставленной цели.</p>	<p>конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.</p> <p>Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>
46	02.03	02.03	Попеременный двухшажный ход (без палок). Эстафеты.	Комбинированный	Обучение технике попеременно двухшажного хода. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Научиться: технике попеременно двухшажного хода (без палок). Знать правила эстафеты.		
47	06.03	06.03	Попеременный двухшажный ход (без палок). Попеременный двухшажный ход (с палками).	Комбинированный	Совершенствование техники попеременно двухшажного хода.	Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом.		
48	09.03	09.03	Попеременный двухшажный ход (с палками). Прохождение дистанции 1500 м.	Комбинированный	Обучение технике попеременно двухшажного хода. Развитие выносливости.	Научиться: технике попеременно двухшажного хода (с палками).		
49	13.03	13.03	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамье. Прыжки через скакалку.	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по наклонной скамье. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной скамье; прыгать через скакалку.		
50	16.03	16.03	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату. Упражнения в вися стоя и лежа.	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по канату. Выполнить: Упражнения в вися.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; Выполнить: Упражнения в вися.		
51	20.03	20.03	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упражнения; прыгать через скакалку.		

52	23.03	23.03	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамье. Упражнения в висе стоя и лежа.	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по наклонной скамье. Упражнения в висе.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной скамье; Выполнить упражнения в висе.		
----	-------	-------	---	-----------------	---	--	--	--

IV четверть (16 часов легкая атлетика и кроссовая подготовка)								
53	06.04		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м. Поднимание и опускание туловища за 30 секунд.	Комбинированный	Повторение техники безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта. Развитие скоростно-силовых качеств.	Знать: правила поведения на уроке по легкой атлетике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров; Выполнять силовые упражнения.	систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью
54	10.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Прыжок в длину с места.	Контроль	Учет техники бега на 30 метров. Совершенствование техники прыжков в длину с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров; выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места.		
55	13.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 60 м. Метание мяча.	Комбинированный	Совершенствование техники бега на 60 метров. Совершенствование техники метания мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60 метров; выполнять метание мяча на дальность.		
56	17.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 60 м. Прыжок в длину с места.	Комбинированный	Совершенствование техники бега 60 метров. Совершенствование техники прыжков в длину с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60 метров; выполнять прыжков в длину с места.		
57	20.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Метание мяча. Поднимание и опускание туловища за 30 секунд.	Комбинированный	Совершенствование техники метания мяча. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.	Развитие этических	

58	24.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Бег на 500 м.	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.	чувств, доброжелательности и	выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
59	27.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с места. Метание мяча.	Контроль	Учет техники прыжков в длину с места. Совершенствование техники метания мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнять метание мяча на дальность	эмоционально-нравственной отзывчивости,	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
60	02.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Поднимание и опускание туловища за 30 секунд.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	понимания и	Умение характеризовать,
61	04.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Метание мяча. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	Контроль	Учет техники метания мяча. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.	сопереживания чувствам других людей.	выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
62	10.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Бег на 500 м.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега. Бегать на средние дистанции.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
63	11.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Поднимание и опускание туловища за 30 секунд. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	Комбинированный	Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.	Формирование и	Умение планировать собственную деятельность,
64	15.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега. Знать правила игры.		

65	18.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег на 500 м. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	Комбинированный	Развитие выносливости. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции. Знать правила игры.	проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства .	распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
66	22.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Подвижные игры	Контроль	Учет техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		
67	25.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег на 1500 м.	Контроль	Учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		
68	29.05							

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 4 класс

№ п/п	Пл ан	Фа кт	Тема, содержание урока	Тип урока	Цели и задачи урока	Планируемые результаты		
						Предметные	Личностные	Метапредметные
I четверть								
Легкая атлетика и кроссовая подготовка								
1	01.09	01.09	Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Специальные упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 30 м.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по легкой атлетике. Обучение технике стартового разгона. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта.	Знать: Правила поведения на уроке по легкой атлетике. Научиться: технике стартового разгона. Уметь: бегать 30 метров с высокого старта. Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
2	05.09	05.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Стартовый разгон. Бег 60 м.	Комбинированный	Развитие выносливости. Совершенствование техники стартового разгона. Совершенствование техники бега на 60 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 60 метров с высокого старта.		
3	08.09	08.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Высокий старт Стартовый разгон. Бег 30 м.	Контроль	Развитие выносливости. Учет техники бега 30 метров с высокого старта.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров с высокого старта.		
4	12.09	12.09	Бег с ускорением. Длина с места. Игры с элементами л/а. Бег 30м, 60м.	Контроль	Совершенствование техники стартового разгона. Учет техники бега 60 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 60 метров с высокого старта.		

5	15.09	15.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подвижные игры с элементами бега.. Эстафеты.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места. Знать правила эстафеты.	нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока,
6	19.09	19.09	Строевые упражнения. Кроссовый бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Тройной прыжок с места.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину. Обучение технике тройного прыжка с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; Научиться: технике тройного прыжка с места.		
7	22.09	22.09	Развитие скоростных качеств. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м.	Комбинированный	Развитие выносливости. Совершенствование техники тройного прыжка с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять тройной прыжок с места.		
8	26.09	26.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Многоскоки .Подвижная игра с элементом легкой атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжка в длину. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места. Знать правила игры.	понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	владение специальной терминологией. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в
9	29.09	29.09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подвижные игры с элементами бега.	Контроль	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять тройной прыжок с места.		
10	03.10	03.10	Строевые упражнения. Медленный бег 6-7 минут .О.Р.У. Техника метания. Эстафеты.	Контроль	Учет техники прыжков в длину. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места. Знать правила эстафеты.		

11	06.10	06.10	Строевые упражнения .Развитие скоростных качеств. Бег 60 метров. О.Р.У. Бросок мяча на дальность. Подвижная игра с элементом легкой атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники метания мяча на дальность. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность. Знать правила игры.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
12	10.10	10.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Бросок мяча на дальность. Бросок мяча на точность .Эстафеты.	Комбинированный	Развитие выносливости. Совершенствование техники метания мяча на дальность. Обучение технике метания мяча на точность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; Научиться: технике метания мяча на точность.		
13	13.10	13.10	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1000 м. Подвижная игра с элементом легкой атлетики.	Комбинированный	Развитие выносливости. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать правила игры.		
14	17.10	17.10	Средний старт. Финиширование. Медленный бег 6-7 минут О.Р.У. Бросок мяча на дальность.	Контроль	Учет техники метания мяча на дальность. Совершенствование техники метания мяча на точность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; выполнять метание мяча на точность.		
15	20.10	20.10	Бросок мяча на точность. Прыжок в длину с места.					
16	24.10	24.10	Строевые упражнения. Прыжок в длину с	Контроль	Контроль бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		
17	27.10	27.10	места. Медленный бег. О.Р.У. Скоростно-силовые упражнения. Эстафеты .Подвижные игры.		Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Бегать на средние дистанции. Знать правила эстафеты.		
18	31.10	31.10						
II четверть 14 часов (Подвижные игры с элементами спортивных игр)								

19	14.11	14.11	Т.Б. на уроке по подвижным играм. О.Р.У. Упражнения с баскетбольными мячами. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по подвижным играм. Совершенствование техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Знать: Правила поведения на уроке по подвижным играм. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
20	17.11	17.11	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Пустое место».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений.
21	21.11	21.11	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафета.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
22	24.11	24.11	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Бросок мяча в кольцо. Подвижная игра «Школа»	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	
23	28.11	28.11	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять	Развитие этических чувств,	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,

			кольцо двумя руками снизу. Ловля мяча. Эстафета.		кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от плеча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Знать правила игры.	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
24	01.12	01.12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте. Подвижная игра «Волк во рву».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; Знать правила игры.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
25	05.12	05.12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.	Формирование и проявление	Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
26	08.12	08.12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Эстафета с элементами баскетбола. Подвижная игра «Охотники и утки».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.		

27	12.12	12.12	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты с элементами баскетбола..	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	положительных качеств личности, дисциплинированность и, трудолюбия и упорства в достижении	
28	15.12	15.12						
29	19.12	19.12	Упражнения с баскетбольными мячами.ОРУ с мячами. Игра «Волк во рву»	Игровой	Совершенствование техники владения мячом.	Уметь:выполнять комплекс ОРУ.Знать правила игры.	поставленной цели.	Осмысление правил
30	22.12	22.12						
			»Школа»				Формирование	безопасности (что можно
31	26.12	26.12	Подвижные игры с баскетбольными мячами.Передвижения по площадке.Совершенствование.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча.Развитие скоростных качеств.	Уметь: выполнятьведение мяча,выполнять передачи и ловли мяча.	эстетических потребностей, ценностей и чувств.	делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
32	29.12	29.12						
III четверть (8 часов гимнастика с элементами акробатики, 12 часов лыжная подготовка)								

33	12.01	12.01	ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Висы и упоры.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике. Обучение технике выполнения акробатических упражнений. Выполнить: Висы и упоры.	Знать: технику безопасности на уроках по гимнастике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения акробатических упражнений; Выполнять упражнения в висе и упоре.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений.
34	16.01	16.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату .Выполнение команд «становись!» «равняйся!», «смирно!».	Комбинированный	Обучение технике лазания по канату. Выполнить: Упражнения в равновесии.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения в равновесии Научиться: технике лазания по канату.	Развитие этических	Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений.
35	19.01	19.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Выполнение команд «становись!», «равняйся!», «смирно!». Висы и упоры.	Комбинированный	Развитие ловкости. Выполнить: Висы и упоры.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнить упражнения в висе и упоре.	Развитие этических	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
36	23.01	23.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подвижная игра « Мы веселые ребята»ОФП.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Выполнить: Упражнения в равновесии.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения; выполнить упражнения в равновесии.	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
37	26.01	26.01	Строевые упражнения. Расчет в строю Медленный бег. О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Висы и упоры.	Комбинированный	Развитие ловкости. Выполнить: Висы и упоры.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнить упражнения в висе и упоре.	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и	Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.

38	30.01	30.01	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. ОФП на развитие силы, гибкости.	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по канату. Обучение технике опорного прыжка.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; Научиться технике выполнения опорного прыжка.	сопереживания чувствам других людей.	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Акробатических упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
39	02.02	02.02	Строевые упражнения. Медленный бег. ОФП на развитие силы, прыгучести.	Комбинированный	Развитие ловкости. Совершенствование техники опорного прыжка.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнить опорный прыжок.	Формирование эстетических потребностей,	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
40	06.02	06.02	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазание по наклонной скамейке в упоре.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Выполнить: Висы и упоры.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения; Выполнять упражнения в висе и упоре.	ценностей и чувств.	Регулятивные: Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной
41	09.02	09.02	ТБ на уроке по лыжной подготовке. Повороты переступанием. Подъем «лесенкой».	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Совершенствование техники поворотов переступанием. Совершенствование техники подъемов лесенкой.	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Уметь: выполнять повороты переступанием. Выполнять подъем «лесенкой».	Формирование и проявление	целью. Способы организации рабочего места.
42	13.02	13.02	Лыжный инвентарь. Подъем «лесенкой». Спуски в низкой стойке.	Комбинированный	Совершенствование техники подъемов «лесенкой». Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Уметь: выполнять подъем «лесенкой»; выполнять спуски в низкой стойке.	положительных качеств личности, дисциплинированность	
43	16.02	16.02	Подъем «полуелочкой». Спуски в высокой стойке. Попеременный двухшажный ход без палок.	Комбинированный	Обучение технике подъемов «полуелочкой». Совершенствование техники спусков в высокой стойке.	Научиться: технике подъемов «полуелочкой». Уметь: выполнять спуски в высокой стойке.		

44	20.02	20.02	Подъем «полуелочкой». Спуски в низкой стойке. Попеременный двухшажный ход без палок.	Комбинированный	Совершенствование техники подъемов «полуелочкой». Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Уметь: выполнять подъемы «полуелочкой»; Выполнять спуски в низкой стойке.	и, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Формирование умения понимать причины успеха /неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Владение логическими действиями сравнения, анализа,
45	27.02	27.02	Подъем «лесенкой». Спуски в высокой стойке. Попеременный двухшажный ход с палками.	Комбинированный	Совершенствование техники подъемов «лесенкой». Совершенствование техники спусков в высокой стойке.	Уметь: выполнять подъем «лесенкой»; выполнять спуски в высокой стойке.		
46	02.03	02.03	Одновременный одношажный ход. Торможение «плугом». Повороты переступанием на месте.	Комбинированный	Обучение технике одновременно одношажного хода. Обучение технике торможения «плугом».	Научиться: технике одновременно одношажного хода; технике торможения «плугом».		
47	06.03	06.03	Одновременный одношажный ход. Торможение упором. Повороты переступанием в движении.	Комбинированный	Совершенствование техники одновременно одношажного хода. Обучение технике торможения упором.	Уметь: передвигаться в одновременном одношажном ходе. Научиться: технике торможения упором.		
48	13.03	13.03	Одновременный одношажный ход. Эстафета на лыжах. Правильное дыхание.	Комбинированный	Совершенствование техники одновременно одношажного хода. Совершенствование техники торможения «плугом».	Уметь: передвигаться в одновременном одношажном ходе; выполнять торможение «плугом».		
49	16.03	16.03	Попеременный двухшажный ход. Торможение упором.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Совершенствование техники поворотов переступанием. Совершенствование техники подъёмов лесенкой.	Уметь: передвигаться попеременным двушажным ходом; выполнять торможение упором.		

50	20.03	20.03	Повороты переступанием. Подъем «лесенкой».	Комбинированный	Совершенствование техники подъемов «лесенкой». Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Уметь: выполнять повороты переступанием. Выполнять подъем «лесенкой».		синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.
51	23.03	23.03	Подъем «лесенкой». Спуски в низкой стойке.	Комбинированный	Обучение технике подъемов «полуелочкой». Совершенствование техники спусков в высокой стойке.	Уметь: выполнять подъем «лесенкой»; выполнять спуски в низкой стойке.		
52	23.03	23.03	Подъем «полуелочкой». Спуски в высокой стойке.	Комбинированный	Совершенствование техники подъемов «полуелочкой». Совершенствование техники спусков в низкой стойке.	Научиться: технике подъемов «полуелочкой». Уметь: выполнять спуски в высокой стойке.		

IV четверть (16 часов легкая атлетика и кроссовая подготовка)

53	06.04		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 30 м.	Комбинированный	Повторение техники безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники стартового разгона. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта.	Знать: правила поведения на уроке по легкой атлетике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 30 метров с высокого старта.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
54	10.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Стартовый разгон. Бег 60 м.	Комбинированный	Развитие выносливости. Совершенствование техники стартового разгона. Совершенствование техники бега на 60 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 60 метров с высокого старта.	Развитие	Осмысление техники

55	13.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Высокий старт. Бег 30м	Контроль	Развитие выносливости. Учет техники бега 30 метров с высокого старта.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров с высокого старта.	самостоятельности и личной	выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
56	17.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Стартовый разгон. Бег 60 м.	Контроль	Совершенствование техники стартового разгона. Учет техники бега 60 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 60 метров с высокого старта.	ответственности за свои поступки на основе представлений	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений.
57	20.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места. Знать правила эстафеты.	о нравственных нормах.	
58	24.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Тройной прыжок с места.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину. Совершенствование техники тройного прыжка с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнить тройной прыжок с места.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и
59	27.04		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Тройной прыжок с места.	Комбинированный	Развитие выносливости. Совершенствование техники тройного прыжка с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить тройной прыжок с места.	эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания	взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной
60	03.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Подвижная игра с элементом легкой атлетики.	Комбинированный	Совершенствование техники прыжка в длину. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину. Знать правила игры.		

61	04.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Тройной прыжок с места.	Контроль	Развитие выносливости. Учет техники тройного прыжка с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить тройной прыжок с места.	чувствам других людей.	полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
62	11.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты.	Контроль	Учет техники прыжков в длину. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; Знать правила эстафеты	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом
63	15.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Совершенствование техники метания мяча	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		
			Бросок мяча на дальность. Подвижная игра с элементом легкой атлетики.		на дальность. Способствовать развитию физических качеств в игре.	выполнять метание мяча на дальность. Знать правила игры.	Формирование и проявление	требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.
64	17.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Бросок мяча на дальность. Бросок мяча на точность.	Комбинированный	Развитие выносливости. Совершенствование техники метания мяча на дальность. Совершенствование техники метания мяча на точность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; выполнять метание мяча на точность.	положительных качеств личности, дисциплинированность и, трудолюбия и	Умение характеризовать,
65	18.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Развитие выносливости. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать правила игры.	упорства в достижении поставленной цели.	выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику
66	22.05		Бег 1500 м. Подвижная игра с элементом легкой атлетики.					выполнения упражнений, давать объективную оценку.
67	25.05		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Контроль	Учет техники метания мяча на дальность. Совершенствование техники метания мяча на точность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; метание мяча на точность.		
68	29.05		Бросок мяча на дальность. Бросок мяча на точность.					

1. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы
Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук
А.А.Зданевич Москва «Просвещение» 2011.

Учебники:

1. Лях, В. И. Физическая культура: 1-4 кл. – М.: Просвещение, 2013 г.
2. Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2011.
3. Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погадаев - М.«Просвещение», 2010