

Рассмотрено: _____

Руководитель ШМО учителей физической культуры и ОБЖ **Ясонова Г.И.**

Протокол № 1 от 28 августа 2023г.

Согласовано: _____

Заместитель директора по УВР **Горлова О.М.**

«28» августа 2023г.

Утверждено: _____

Директор МБОУ «Каптыревская СОШ» **Ильин Е.Г.**

Приказ от 29.08.2023г. № 65/8

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учитель _ Пирогов Е.Н

Предмет_Физическая культура

Предметная область_Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре на уровень основного общего образования для обучающихся 1–4-х классов МБОУ «Каптыревская СОШ» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Учебного плана начального общего образования, утвержденного приказом МБОУ «Каптыревская СОШ» от 29.08.2023 № 65/3 «Об утверждении изменений, внесенных в Основную образовательную программу начального общего образования»;
- Федеральной рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура».

Рабочая программа ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания и в рабочей программе воспитания МБОУ «Каптыревская СОШ».

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учетом 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 по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников 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 обучающихся. 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 обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся 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 обучающихся, 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 обучающихся 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 счет 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 являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися 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 свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся 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 программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать свое 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.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные ее содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, — 204 часов: в 1-м классе — 68 часа (2 часа в неделю), в 2-м классе — 68 часа (2 часа в неделю), в 3-м классе — 68 часа (2 часа в неделю) в 4-м классе — 68 часа (2 часа в неделю). На модульный блок «Базовая физическая подготовка» отводится 102 часов из общего числа (1 час в неделю в каждом классе).

Для реализации программы используются учебники, допущенные к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, приказом Минпросвещения от 21.09.2022 № 858:

Электронные образовательные ресурсы, допущенные к использованию при реализации образовательными организациями имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования приказом Минпросвещения от 02.08.2022 № 653:

Содержание учебного предмета

1-й класс

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 ее 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 лежа. 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: подъем туловища из положения лежа на спине и животе, подъем ног из положения лежа на животе, сгибание рук в положении упор лежа, 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).

Легкая 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.

2-й класс

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекуты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Легкая атлетика

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лежа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полета. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приемами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

3-й класс

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультурминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приема. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперед, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноименным способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Легкая атлетика

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Лыжная подготовка

Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

Плавательная подготовка.

Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками, погружение в воду и всплытие, скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с приемами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, прием и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура.

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4-й класс

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики ее нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счет упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоемах, солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъем переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Легкая атлетика

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Плавательная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди, ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, прием и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности 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.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание ее 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

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1-м классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- 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 ее нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- 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 обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- 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.

К концу обучения во **2-м классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закалывающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры ее положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учетом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в **3-м классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы ее регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закалывающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в **4-м классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учетом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предметные результаты

1-й класс

К концу обучения в **1-м классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- 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 ее 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.

2-й класс

К концу обучения во **2-м классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать свое суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приемов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3-й класс

К концу обучения в **3-м классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по ее значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;

- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперед;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноименным способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (прием мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4-й класс

К концу обучения в **4-м классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и легкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из пяти–семи хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору обучающегося);
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

Тематическое планирование

1-2-й класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1			Материалы РЭШ — resh.edu.ru/subject/9/7/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	1			
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	1			

Итого по разделу		1			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль «Гимнастика»)	10		3	
2.2	Легкая атлетика (модуль «Легкая атлетика»)	10		5	
2.3	Зимние виды спорта (модуль «Зимние виды спорта»)	10		2	
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль «Спортивные игры»)	10		3	
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль «Спортивные игры»)	10		3	
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль «Спортивные игры»)	10		3	
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль «Спорт»)	5			
Итого по разделу		68			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	20	

3-4-й класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1			Материалы РЭШ — resh.edu.ru/subject/9/7/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	1			
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	1			
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль «Гимнастика»)	10		3	
2.2	Легкая атлетика (модуль «Легкая атлетика»)	10		5	
2.3	Зимние виды спорта (модуль «Зимние виды спорта»)	10		2	

2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль «Спортивные игры»)	10		3	
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль «Спортивные игры»)	10		3	
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль «Спортивные игры»)	10		3	
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль «Спорт»)	5			
Итого по разделу		68			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	20	

Тематическое планирование 1-2 класс

№ п\п	Тема урока	Содержание	Тип урока	Планируемые результаты			Дата	
				предметные результаты	Метапредметные универсальные учебные действия (УУД)	личностные результаты (не оцениваются)	план	кор
Легкая атлетика 6 часов								
1	Тема: «Физические упражнения, их отличие от естественных движений».	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по легкой атлетике. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Ходьба и бег с заданием (с высоким подниманием бедра, прыжками, ускорением) Комплекс УГГ. Игра «Салки»	Вводный	Научится: соблюдать правила поведения на стадионе; выполнять простейший комплекс УГГ; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>обще учебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.		
2	Тема: «Высокий старт с последующим ускорением»	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Разучить технику высокого старта с последующим ускорением 2 – подхода. Бег с ускорением 20 м. ОРУ. Игра «Пятнашки» Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений Построение в колонну по одному и в шеренгу;	Игровой	Научится: выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; выявлять различия в основных способах передвижения человека, измерять частоты сердечных сокращений. Описывать технику беговых упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>морально-этическая ориентация</i> - знают основные морально-этические нормы; оценивают свои поступки; ориентируются на выполнение моральных норм.		

		приставные шаги. Игра «К своим флажкам».						
3	Тема: «Контроль двигательной подготовки».	Тестирование двигательных качеств: прыжки в длину с места, гибкость и т.д. Повторить прыжки через длинную скакалку. Вспомнить строевые упражнения (команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!»). П/и «Кто быстрее встанет в круг».	Контрольный урок	Научится: Моделировать сочетание различных видов ходьбы; измерять показатели физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагоммарш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!».	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>обще учебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.		
4	Тема: «Бег 30м».	Признаки правильной ходьбы. Перестроение по звеньям; упражнения в равновесии, тестирование - бег 30м на время. Совершенствовать технику высокого старта и бега по дистанции. Игра «К своим флажкам».	Комбинированный	Научится выполнять организующие строевые команды и приемы, выполнять легкоатлетические упражнения (бег 30 м) Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.		
5	Тема: «Челночный бег 3*10м».	Повороты направо, налево. Тестирование - челночный бег 3*10м. Бег с ускорением от 10 до	Комбинированный	Научится: доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу Познавательные: <i>общеучебные</i> -	Формирование и проявление положительных		

		20 м. Техника метания мяча с места. П/и «Прыгающие воробушки». «Пятнашки».		соблюдение требований техники безопасности; взаимодействие со сверстниками по правилам проведения игры; Осваивать технику бега различными способами.	ознакомление с правилами игры «Гуси-лебеди», с техникой выполнения челночного бега; выполнение организующих строевых команд и приемов контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
6	Тема: «Прыжок с высоты 60 см	Комплекс ОРУ, направленный на развитие координации движений, упражнения на внимание и гибкость. Правила техники безопасности во время прыжков. Бег и ходьба; Прыжки с высоты Прыжки на месте, с продвижением, с поворотом, по разметкам. Игра «Прыгающие воробушки»	Комбинированный	Научится: выполнять организующих строевых команд и приемов, ходьбы, бега, упражнений на развитие внимания и гибкость, прыжка в длину с места, общеразвивающих упражнений на развитие координации движений. Умение сосредотачиваться перед выполнением задания. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: <i>общеучебные</i> - выполнение упражнений на развитие гибкости и внимания, бега, ходьбы, организующих строевых команд и приемов, ОРУ на развитие координации движений; сдача теста - прыжок в длину с места; участие в «Прыгающие воробушки» Регулятивные - принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки. Коммуникативные - <i>уметь:</i> договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности; задавать вопросы; контролировать действия	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению.		

					партнера; использовать речь для регуляции своего действия; взаимодействовать со сверстниками в игре.			
Подвижные игры с элементами футбола 4 часов								
7	Тема: «Удар по мячу носком»	Учить ведению мяча внутренней стороной стопы и носком. Учить остановке мяча подошвой. Игра «Соревнования в школе и мяча».	Урок усвоения новых знаний и	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта. Познавательные: осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
8	Тема: «Удар по мячу внутренней стороной стопы».	Учить удару по мячу внутренней стороной стопы. Освоить перемещения учащиеся прыжками. Учить остановке мяча внутренней стороной стопы. Игра «Быстро и точно»	Комбинированный	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.		

9	Тема: «Передачи мяча».	Жонглирование мяча ногами. Совершенствовать передачи и остановки мяча. Учить ведение мяча по «коридору» шириной 1 м, поочередно подбивая мяч правой и левой ногой. Эстафета с ведением мяча по кругу.	Игровой	Развивать моральные и волевые качества в играх футболистов. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий по футболу. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы		
10	Тема: «Ведение мяча внешней частью подъёма»	ОРУ с мячом. Жонглирование мяча ногами При быстром беге вести мяч внешней частью подъёма, а при медленном любым способом; после удара нога продолжает движение вперёд; мяч вести дальше от соперника ногой. Ведение мяча по прямой, «змейкой». Игра «Вызов номеров».	Урок за-крепления знаний и умений	Научится: Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр, соблюдать правила безопасности. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

Подвижные игры с элементами волейбола 5 часов

11	Тема: «Прием, передача и прокат волейбола»	Прием, передача и прокат волейбола, набивного мяча. Развивать координационные способности	Усвоение и закрепление новых	Научится выполнять бег в темпе по ориентирам – точкам и линиям, менять направление движения	Регулятивные: <i>целенаправленное</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества		
----	-----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------	--	--

	мяча».	способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом. Правила выполнения упражнений с мячом Игра «Смена сторон»	знаний и умений	по указанию учителя; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения	правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	в разных ситуациях		
12	Тема: «Стойки волейболиста» .	ОРУ в парах. Строевые упражнения ходьба зигзагом, расчет «девять- шесть – три -на месте». Положения при высокой, средней и низкой стойках волейболиста. Обучение бегу приставными шагами правым (левым) боком вперед. П/ игры . «Зеркало». «Кто дальше бросит»	игровой	Научится: правильному статическому положению при высокой, средней и низкой стойках волейболиста; бережному обращению с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: целеполагание – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: общеучебные – осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: взаимодействие – задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения		
13	Тема: «Положение кистей при передаче мяча двумя руками сверху».	Строевые упражнения построение в колонну по три, расчет по три. Учить положению кистей при передаче мяча двумя руками сверху. П/ игра «Мяч в воздухе», «Пятнашки с приседанием». Научить различным видам шагов, выпадам и бегу в стойках, а также комбинациям перемещений. ОРУ со	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: построению в колонну по три, расчет по три, положению кистей при передаче мяча двумя руками сверху; в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: общеучебные - ознакомление с правилами игр «Мяч в воздухе», «Пятнашки с приседанием», Регулятивные - принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки		

		скакалкой.			и учета характера сделанных ошибок;			
14	Тема: «Верхние передачи мяча после отскока от пола».	Строевые упражнения ходьба змейкой, расчет «шесть – три - на месте». ОРУ с гимнастической палкой. Совершенствование навыков: верхней передачи мяча после отскока от пола, прыжков на точность приземления (с высоты до 60 см с закрытыми глазами). П/ игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву».	Комбинированный	Научится: выполнять упражнения в метании и броске мяча; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> – вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)		

					взаимодействии			
15	Тема: «Эстафеты с волейбольным мячом».	Строевые упражнения ходьба противходом и по диагонали. ОРУ с гимнастической палкой. Совершенствование верхней передачи в стену, после подбрасывания над собой. Эстафеты с волейбольным мячом.	Игровой	Научиться: различать скрестный шаг от приставного; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий; ориентироваться в пространстве. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные - <i>уметь:</i> договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
Гимнастика с элементами акробатики 15 часов								
16	Тема: «Режим дня в сохранении и укреплении здоровья».	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по гимнастике. Учить выполнять упражнения только с разрешения учителя и со страховкой Подвижная игра «Займи свое место» Проект.	Комбинированной	Научится понимать, как выполнять поставленную задачу и соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических		

				корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.	решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	нагрузок.		
17	Тема: «Эстафеты со скакалкой»	Ходьба и бег с изменениями ритма и темпа. Тестирование в подъеме туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. Эстафеты со скакалкой	Комбинированный	Научатся: выполнять ходьбу и бег с изменением ритма и темпа, разминку с упражнениями на ориентировку в пространстве, упражнение на внимание; выполнять упражнения со скакалкой в движении.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	<i>Самоопределение</i> - Самостоятельность личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни		
18	Тема: «Передвижение по гимнастической скамейке»	Учить перестроение по двое в шеренге, комплекс утренней зарядки; провести тестирование упражнения «наклон вперед из положения	Урок усвоения новых знаний и умений	Научатся выполнению организующих строевых команд и приемов, ходьбы, бега, комплекса зарядки, наклона вперед из положения стоя выполнять действия по образцу, соблюдая правила	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; Познавательные: <i>общеучебные</i> –	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы		

		стоя», передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре, игру на внимание «Кто быстрее схватит».		техники безопасности. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	выполнение бега, ходьбы, организующих строевых команд и приемов, комплекса зарядки; сдача теста - наклон вперед из положения стоя; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: управление коммуникацией – осуществлять взаимный контроль.	из спорных ситуаций		
19	Тема: «Лазание по горизонтально и наклонной скамейке»	Учить лазанию по горизонтальной и наклонной скамейке, переползание под гимнастической скамейкой; характеризовать физические качества – силу, координациюИ/игры: «Лисы и куры», «К своим флажкам».	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научится выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач.	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры		
20	Тема: «Равновесия на напольном гимнастическом бревне»	Учить ходьбе в равновесии по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, гимнастические скамейки. Игра «Метко в цель».	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научится: положения частей тела соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями; Получит возможность научиться выполнять эстетически красиво гимнастические упражнения. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: осуществление учебных действий – использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: общеучебные – применять правила и пользоваться инструкциями. Коммуникативные: управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> – проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой		

21	Тема: «Группировки и перекаты»	Учить выполнять перекаты в группировке, из упора стоя на коленях, удержание туловища, ног и рук в различных позах и положениях – статическое положение, перекаты. Игра «Пустое место».	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: выполнять перекаты, упражнения в группировке упоры стоя на коленях и возвращаться в исходное положение; организовывать и проводить подвижные игры; игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов		
22	Тема: «Кувырок вперед и назад».	Тестирование – прыжка через скакалку. Учить кувырку вперед в упор присев, назад в упор на коленях с опорой на руки удержание туловища, ног и рук в различных позах и положениях – статическое положение, перекаты. «Охотники и утки».	Комбинированный	Научится: выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Прыгать через скакалку. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях		

23	Тема: «Лазанье по канату»	Учить лазанью по канату. Шаг с прыжком; приставные шаги; шаг галопа в сторону Строевые упражнения перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Игра «Ниточка и иголочка»	Урок со-вершенс-тования знаний и умений	Научитесь выполнять лазанье по канату в три приема Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: общеучебные - выполнение упражнений на развитие координации движений, Регулятивные - уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	самоопределение - дают адекватную позитивную самооценку; <i>смыслообразование</i> - проявляют познавательный интерес к изучению предмета	23
24	Тема: «Акробатические комбинации в целом».	Строевые упражнения. ОРУ в парах. Выполнить акробатическую комбинацию в целом. Совершенствовать упражнения на равновесие - стойка и ходьба на двух, одной ноге, на носках на гимнастической скамейке, напольном бревне. Упражнения со скакалкой. П/и «Поезд», «Мышеловка».	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научитесь выполнять акробатическую комбинацию в целом из 4-5 упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		. самоопределение - стремятся одержать победу в игре; дают адекватную позитивную самооценку предмета	
25	Тема: «Вис на низкой перекладине»	Учить правильному положению при выполнении висов на низкой перекладине и шведской стенке для выполнения упр. на укрепление брюшного пресса; провести упр. на внимание, контрольное упражнение «вис на	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научитесь правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные - уметь: договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности; задавать вопросы; контролировать действия партнера. Познавательные: используют	<i>морально-этическая ориентация</i> - знают основные морально-этические нормы; оценивают свои поступки; ориентируются на выполнение	

		перекладине на время»; выполнить комплекс ОРУ, направленный на развитие координации движений; разучить игру «Совушка».			общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	моральных норм		
26	Тема: «Комбинаци и из висов на перекладине »	Совершенствовать упражнения из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».	Урок ус- воения новых знаний и умений	Научится: правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: целеполагание – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: общеучебные – осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: инициативн ое сотрудничество – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач		
27	Тема: «Отталкиван ие от гимнастичес кого мостика двумя ногами»	ОРУ с малыми мячами. Учить напрыгиванию на гимнастический мостик с 3-5 шагов разбега и отталкивание от гимнастического мостика двумя ногами с приземлением на обе ноги. П/и «Заяц без дома»	Урок со- вершенс т- вования знаний и умений	Научится: напрыгиванию на гимнастическогокозла и отталкивание от гимнастического мостика двумя ногами с 3-5 шагов разбега с приземлением на обе ноги. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: общеучебные – ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: взаимодейс твие – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»		

28	Тема: «Прыжок в упор присев на гимнастического козла».	Учить прыжку в упор на колени на гимнастического козла; то же в упор присев.	Урок со-вершенс-тования знаний и умений	Научится: соскоку в полуприсед с гимнастического козла; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.	<i>Самоопределение</i> – проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях; дисциплинированность, упорство в достижении целей; оказание бескорыстной помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов		
29	Тема: «Соскок в полуприсед с гимнастического козла».	Строевые упражнения. ОРУ с малыми мячами.Отрабатывать технику соскока в полуприсед с гимнастического козлаПодтягивания по гимнастической скамейке на животе. П/и «Пустое место».	Урок за-крепления новых знаний и умений	Научится: прыгать на гимнастического козла в упор присев двумя ногами с 3-5 шагов разбега и спрыгивать приземляясь на обе ноги. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности			
30	Тема: «Гимнастическая полоса препятствий».	ОРУ в движении. Передвижение бегом по периметру спортивного зала с поворотами на 360° по сигналу. Ходьба. Бег. Упражнения в кругу — успокаивающие дыхательные. Гимнастическая полоса препятствий: «Мосты-мосточки»-прогибание и выгибание спины в упоре на гим. скамейках «Космонавты» — перекаты в сторону, па-	Игровой	Уметь уверенно преодолевать полосу препятствий с учетом времени. Научиться творчески подходить к выполнению гимнастических упражнений и добиваться достижения успешного конечного результата; выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Познавательные: <i>общеучебные</i> – контролировать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие <i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности		

		рами, держась за руки. 5.Игра «Ковбои и амазонки» — стойка на гимнастической скамейке (одна рука впереди, другая сзади, ноги по бокам «коня»-скамейки).			достижения		
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	------------	--	--

Лыжная подготовка 15 часов

31	Тема: «Техника безопасности и на занятиях по лыжной подготовке»	Познакомить с правилами поведения и мерами безопасности при переноске лыж и лыжных палок, надевании ботинок и вставлении в крепление, при катании на равнине, на спусках и подъемах	Комбинированный урок	Научится выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Ознакомится с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря по лыжной подготовке. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.		
32	Тема: «Практическое значение занятий лыжным спортом для укрепления здоровья»	Познакомить с историей зарождения ходьбы на лыжах и практическим применением лыж. Познакомить учащихся с правилами выхода на занятия лыжной подготовкой - (температура воздуха, направление ветра, влажность)	Комбинированный урок	Познакомится с историей зарождения лыжного спорта Научится: определять и узнавать температурный режим, при которой можно заниматься лыжной подготовкой. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>оценка</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. Коммуникативные: <i>плани</i>	<i>Смыслообразование</i> – эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им	

					<i>рование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, строить высказывание			
33	Тема: «Подготовка спортивного инвентаря для занятий на лыжах»	Учить подгонять лыжный инвентарь (надевать ботинки, вставлять в крепление, правильно подбирать лыжные палки)	Комбинированный урок	Научится: надевать лыжные ботинки, вставлять в крепления и правильно подбирать лыжные палки; характеризовать роль и значение прогулок на свежем воздухе.	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся к саморазвитию		
34	Тема: «Построение и передвижение с лыжами на учебном занятии и обратно»	Учить правильно построению с лыжами и переходу к месту занятий. Передвижение с лыжами. Построение в шеренгу и колонну	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: строиться в шеренгу и колонну с лыжами, передвигаться к месту занятий; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе		
35	Тема: «Повороты переступанием на месте»	Учить выполнению поворотов (пол-оборота, оборот, кругом) на месте, поэтапно по несколько градусов вправо или влево для изменения направления движения	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: выполнять повороты на лыжах переступанием вправо или влево; ориентироваться в понятии «физическая подготовка»; характеризовать основные физические качества. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы		

36	Тема: «Ступающий шаг».	Учить первому этапу в освоении передвижения на лыжах без палок	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится поочередно поднимать носки лыж и прижимать пятки, совершая продвижение вперед. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: коррекция – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. Познавательные: общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной деятельности и достижения хорошего результата		
37	Тема: «Передвижение скользящим шагом без палок»	Учить скользящему шагу на лыжах без палок. Разноименный вынос ноги и руки	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится скользить на одной лыже (если правая нога впереди, то левая рука выносится вперед и наоборот). Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание Коммуникативные: управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия.	Нравственно-этическая ориентация – этические потребности, ценности, чувства		
38	Тема: «Передвижение скользящим шагом с палками».	Учить выполнять передвижения на лыжах, правильному толчку во время скольжения	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится выполнять упражнение толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук.	Регулятивные: планирование – применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний. Познавательные: общеучебные – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
39	Тема: «Движение ступающим шагом в подъем от 5–8°».	Учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения	Комбинированный урок	Научится передвигаться на лыжах, преодолевая маленькие склоны, встречающиеся на дистанции. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.				

40	Тема: «Спуски в средней стойке с прокатом в высокой стойке».	Учить выполнять передвижения на лыжах, удерживать равновесие на спуске в средней стойке	Комбинированный урок	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности.	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире		
41	Тема: «Эстафеты на лыжах».	Учить быстро и правильно надевать и снимать лыжи и палки, соблюдать правила транспортировки лыж; надевать и снимать лыжи в экстремальных условиях	Игровой	Научится правильно быстро надевать, снимать лыжи и переносить их. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе		
42	Тема: «Техника торможения падением на лыжах»	Учить выполнению организующих строевых команд, ступающего (скользящего) шага на лыжах, протапывания лыжни, обгона, движения на лыжах скользящим шагом без палок,	Комбинированный урок	Научится: <i>Проявлять</i> координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. - Регулятивные - принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений;	<i>Самоопределение</i> – экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам		

		торможения падением, подъема ступающим и скользящим шагом			Коммуникативные - <i>уметь</i> : задавать вопросы; контролировать действия партнера; использовать речь для регуляции своего действия;	здоровьесберегающего поведения		
43	Тема: «Встречные эстафеты»	Цель:учить выполнять организующие командные действия в соперничестве с одноклассниками на лыжах	Игровой	Научится: передвигаться на лыжах; быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику.	Регулятивные: <i>саморегуляция</i> – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
44	Тема: «Эстафеты с поворотом вокруг флажка»	Передвижения на лыжах, выполнять поворот на дистанции во время проведения эстафеты.	Игровой	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять поворот для обратного движения вокруг флажка. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях		
45	Тема: «Прохождение в медленном темпе на лыжах 1000 м»	Проверить технику ступающего и скользящего шага на лыжах с палками; провести дистанцию 1000 м с отдельным стартом на время ; подвести итоги лыжной подготовки	Урок закрепления новых знаний и умений	Научится: называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнение организующей строевой команды «Лыжи под руку», ходьбы ступающим (скользящим) шагом; прохождение дистанции на	Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; Познавательные: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> –управление своими	<i>Самоопределение</i> - стремятся одержать победу в играх; дают адекватную позитивную самооценку; <i>смыслообразование</i> -		

				лыжах 1000м с раздельным стартом на время.	эмоциями в различных ситуациях и условиях; дисциплинированность, упорство в достижении целей	проявляют познавательный интерес к изучению предмета.		
Раздел спортивные игры - Баскетбол 9 часов								
46	Тема: «Техника безопасности и правила поведения. Стойки баскетболиста»	Учить правилам поведения на уроке и соблюдения техники безопасности во время занятий. Обучение передвижению в стойке баскетболиста в стороны, вперед и назад; продолжить обучение ведению в движении и передаче мяча двумя руками от груди. Подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится выполнять правила поведения и соблюдать технику безопасности для сохранения своего здоровья во время занятий физической культурой; передвижению в стойке баскетболиста в стороны, вперед и назад; ведению мяча на месте. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе		
47	Тема: «Держание баскетбольного мяча»	Обучение держанию баскетбольного мяча, подбрасыванию и ловле мяча; начальное обучение ведению мяча на месте. Игра «Гонка мячей по кругу»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: держать правильно баскетбольный мяч, подбрасывать и ловить мяч. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: <i>общеучебные</i> - выполнение организующих строевых команд, бега, разминки в ходьбе, упражнения на равновесие, с мячами в парах. Регулятивные - принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно	<i>Самоопределение</i> – активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.		
48	Тема: «Ведение мяча на месте и в движении»	Повторение ведения мяча на месте; обучение ведению мяча в движении; обучение передаче мяча в парах	Урок усвоения новых	Научится: отбивать мяч от пола на месте и в движении; характеризовать роль и значение занятий физкультурой для укрепления здоровья.				

		двумя руками от груди. Подвижная игра «Салки с мячами»	знаний и умений	Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	воспринимать оценку учителя; Коммуникативные - <i>уметь</i> : задавать вопросы; контролировать действия партнера; использовать речь для регуляции своего действия			
49	Тема: «Передачи мяча в парах»	Передачи мяча в парах; повторить бросок набивного мяча на дальность из-за головы и от груди двумя руками (вес мяча 1 кг), игру «Вышибалы маленькими мячами»; упражнять в равновесии.	игровой	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Регулятивные: <i>саморегуляция</i> – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формировать	<i>Самоопределение</i> - оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
50	Тема: «Повороты на месте с мячом в руках»	Продолжить обучение ведению мяча в движении; обучать поворотам на месте с мячом в руках. Эстафеты с набивным мячом.	Комбинированный урок	Научится: объяснению в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.	<i>Самоопределение</i> – готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения		
51	Тема: «Передача одной рукой от плеча»	Ознакомить с понятием «дистанция» и замыканием приставными шагами; обучать передаче одной рукой от плеча; обучать ведению мяча в высокой стойке с изменением направления. «Салки одним мячом»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: технически правильно выполнять передачу одной рукой от плеча; ведению мяча в высокой стойке с изменением направления. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		<i>Самоопределение</i> – проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

52	Тема: «Передача мяча через защитников»	Ознакомить с понятием «интервал»; обучать перестроению в колонну по четыре; передаче мяча одной рукой над головой; передаче мяча через защитников. ОРУ в колонне по одному, чередуя бег с ходьбой. П./ игра «Воробы и вороны»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: технически правильно выполнять передачу мяча одной рукой над головой; передачу мяча через защитников; соблюдать правила взаимодействия с игроками. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
53	Тема: «Обводка соперника».	Ведение мяча в средней стойке с перемещением приставными шагами по направлению движения; обводка соперника, повернувшись к нему спиной бросок мяча в кольцо способом «снизу». П/игра «Охотники и утки».	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: ведению мяча в средней стойке с перемещением приставными шагами по направлению движения; обводке соперника, повернувшись к нему спиной, броску мяча в кольцо способом «снизу». Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни		
54	Тема: «Начало игры и розыгрыш начального и спорного бросков».	Ознакомить с началом игры и розыгрышем начального и спорного бросков. Продолжить обучение ведению мяча в средней стойке с изменением направления; передачам двумя руками над головой и двумя руками снизу-сбоку; двум	Изучение нового материала	Научится: передачам двумя руками над головой и двумя руками снизу-сбоку; двум шагам в баскетболе. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии	<i>Самоопределение</i> – проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;		

		шагам в баскетболе. Двухсторонние игры с элементами баскетбола." Игра «Десять передач»			с содержанием учебного предмета. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения		
Раздел «Спортивные игры» – Волейбол 5 часов							
55	Тема: «Разновидности шагов, перемещений выпады и бег».	Различные виды шагов, выпады и бег в стойках, игра «Пятнашки». ОРУ со скакалкой. Строевые упражнения игра «Вызов номеров».	Урок игровой	Научится: различным видам шагов, выпадам и бегу в стойках, а также комбинациям перемещений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалками и П.и.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	
56	Тема: «Положение кистей при передаче мяча двумя руками сверху».	Обучение шагам галопа в парах. ОРУ со скакалкой. Строевые упражнения построение в колонну по три, расчет по три. Совершенствование: прыжков через скакалку. П/ игра «Мяч капитану», «Ворота». «Пятнашки с приседанием	Урок ус-воения новых знаний и умений	- Научится: технически правильно выполнять положению кистей при передаче мяча двумя руками сверху; соблюдать правила взаимодействия с игроками. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>смыслообразование</i> - проявляют познавательный интерес к изучению предмета	
57	Тема: «Верхняя передача над собой»	Строевые упражнения построение в колонну четыре, расчет по четыре. ОРУ со скакалкой. Разучить верхнюю передачу над собой.	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научится: выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Организовывать	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> – предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: <i>информационные</i> – анализ информации. Коммуникативные: <i>планирование</i>	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев	

		Совершенствование: разновидности прыжков через скакалку. П/игра «Мяч в обруче»		здоровьесберегающуюжизнедея тельность с помощью разминки.	<i>е учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	успешности учебной деятельности		
58	Тема: «Пионербол и подвижные игры – названия и правила»	Учить верхней передачи в стену, после подбрасывания над собой, выполнять игровые действия и упражнения из игры в «Пионербол» и других подвижных игр, разной функциональной направленности, называть эти игры «Мяч в воздухе», «Лиса и куры».	Игровой	Научится: организовывать места занятий спортивными играми; соблюдать правила во время проведения игр, различие названия игр. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение</i> – социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам		
59	Тема: «Развитие быстроты, передача волейбольного мяча и его ловля»	Научится ловле и передаче волейбольного мяча. Тестирование - прыжки через скакалку Игра «Снайперы»	Комбинированный урок	Научится выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности		
Легкая атлетика 5 часов								

60	Тема: «Стартовый рывок».	Дать понятие о стартовом рывке. Тестирование - бег 30 метров. Игры по желанию детей.	Урок со-вершен ст-вования знаний и умений	Научится: Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		<i>Смыслообразован ие</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности		
61	Тема: «Развитие скоростных способностей».	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (быстрота). Уметь бегать с максимальной скоростью с высокого старта 30м. Осваивать правила личной гигиены. Игра «Подвижная цель»	Урок со-вершен ст-вования знаний и умений	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать правила подвижной игры для развития координации.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>планировани е учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	<i>Самоопределение</i> – самостоятельност ь и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни		
62	Тема: «Подвижные игры на развитие координации».	Развивать координацию посредством подвижных игр.	Игрово й	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать правила подвижной игры для развития координации. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность, оционально-нравственная отзывчивость.		

63	Тема: «Метание теннисного мяча на точность»	Учить правильной постановке руки при метании мяча в цель. Тестирование - метание мяча в цель. Игра «Кто дальше бросит».	Комбинированный урок	Научится выполнять легкоатлетические упражнения – метание теннисного мяча с правильной постановкой руки. <i>Организовывать</i> здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире		
64	Тема:«Челночный бег 3*10м»	Тестирование - челночный бег3*10м.Правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Комбинированный урок	Научится: перемещаться вперед и назад, переставляя кубики;	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать познавательную задачу в практическую. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: формирование умения выбирать упражнения для развития физических качеств	<i>самоопределение</i> -стремятся одержать победу (по выбору учащихся); дают адекватную позитивную самооценку; <i>смыслообразование</i> - проявляют познавательный интерес к изучению предмета.		
Футбол 4 часа								

65	Тема: «Передачи мяча».	Жонглирование мяча ногами. Совершенствовать передачи и остановки мяча. Учить ведение мяча по «коридору» шириной 1 м, поочередно подбивая мяч правой и левой ногой. Эстафета с ведением мяча по кругу.	Игровой	Развивать моральные и волевые качества в играх футболистов. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий по футболу. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.			
66	Тема: «Игровые ситуации»	ОРУ. Совершенствовать ведение, удары и прием мяча разными способами. Закрепить попадание мячом в предметы, забивания мяча в ворота. Игра «Подвижная цель»	Игровой	Научится: объяснять значение и роль болельщиков в игре, осваивать правила и способы поведения болельщиков. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	<i>Самоопределение</i> – сознание ответственности человека за общее благополучие		
67	Тема: «Индивидуальная игра в футболе».	Научатся индивидуальным техническим действиям в игре футбол - удары по мячу серединой лба. (использование корпуса при игре головой),	игровой	Научится: соблюдать правила взаимодействия с партнером; организовывать и проводить подвижные игры освоит приемы ударов мяча головой.	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности		

		обводка, жонглирование мячом. Разновидности перемещении. Игра в «Мини – футбол»						
68	Тема: «Игра в «Мини – футбол»	Рассказать об общих и индивидуальных основах личной гигиены. ОРУ. Игра в «Мини – футбол»	Урок соревнование	<p>Научится: отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки в соответствии с изученными правилами; выполнять закаливающие процедуры для укрепления здоровья. Разновидности перемещении. Удары и прием мяча разными способами. Обводка. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.</p>	<p>Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов.</p> <p>Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><i>Самоопределение</i> – установка на здоровый образ жизни</p>		

Тематическое планирование 3-4 класс

№ п\п	Тема урока	Содержание	Тип урока	Планируемые результаты			Дата	
				предметные результаты	Метапредметные универсальные учебные действия (УУД)	личностные результаты (не оцениваются)	план	кор
Легкая атлетика 6 часов								
1	Тема: «Физические упражнения, их отличие от естественных движений».	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по легкой атлетике. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Ходьба и бег с заданием (с высоким подниманием бедра, прыжками, ускорением) Комплекс УГГ. Игра «Салки»	Вводный	Научится: соблюдать правила поведения на стадионе; выполнять простейший комплекс УГГ; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>обще учебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.		
2	Тема: «Высокий старт с последующим ускорением»	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Разучить технику высокого старта с последующим ускорением 2 – подхода. Бег с ускорением 20 м. ОРУ. Игра «Пятнашки» Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений Построение в колонну по одному и в шеренгу;	Игровой	Научится: выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; выявлять различия в основных способах передвижения человека, измерять частоты сердечных сокращений. Описывать технику беговых упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>морально-этическая ориентация</i> - знают основные морально-этические нормы; оценивают свои поступки; ориентируются на выполнение моральных норм.		

		приставные шаги. Игра «К своим флажкам».						
3	Тема: «Контроль двигательной подготовки».	Тестирование двигательных качеств: прыжки в длину с места, гибкость и т.д. Повторить прыжки через длинную скакалку. Вспомнить строевые упражнения (команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!»). П/и «Кто быстрее встанет в круг».	Контрольный урок	Научится: Моделировать сочетание различных видов ходьбы; измерять показатели физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагоммарш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!».	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>обще учебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.		
4	Тема: «Бег 30м».	Признаки правильной ходьбы. Перестроение по звеньям; упражнения в равновесии, тестирование - бег 30м на время. Совершенствовать технику высокого старта и бега по дистанции. Игра «К своим флажкам».	Комбинированный	Научится выполнять организующие строевые команды и приемы, выполнять легкоатлетические упражнения (бег 30 м) Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.		
5	Тема: «Челночный бег 3*10м».	Повороты направо, налево. Тестирование - челночный бег 3*10м. Бег с ускорением от 10 до	Комбинированный	Научится: доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу Познавательные: <i>общеучебные</i> -	Формирование и проявление положительных		

		20 м. Техника метания мяча с места. П/и «Прыгающие воробушки». «Пятнашки».		соблюдение требований техники безопасности; взаимодействие со сверстниками по правилам проведения игры; Осваивать технику бега различными способами.	ознакомление с правилами игры «Гуси-лебеди», с техникой выполнения челночного бега; выполнение организующих строевых команд и приемов контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
6	Тема: «Прыжок с высоты 60 см	Комплекс ОРУ, направленный на развитие координации движений, упражнения на внимание и гибкость. Правила техники безопасности во время прыжков. Бег и ходьба; Прыжки с высоты Прыжки на месте, с продвижением, с поворотом, по разметкам. Игра «Прыгающие воробушки»	Комбинированный	Научится: выполнять организующих строевых команд и приемов, ходьбы, бега, упражнений на развитие внимания и гибкость, прыжка в длину с места, общеразвивающих упражнений на развитие координации движений. Умение сосредотачиваться перед выполнением задания. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: <i>общеучебные</i> - выполнение упражнений на развитие гибкости и внимания, бега, ходьбы, организующих строевых команд и приемов, ОРУ на развитие координации движений; сдача теста - прыжок в длину с места; участие в «Прыгающие воробушки» Регулятивные - принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки. Коммуникативные - <i>уметь:</i> договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности; задавать вопросы; контролировать действия	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению.		

					партнера; использовать речь для регуляции своего действия; взаимодействовать со сверстниками в игре.			
Подвижные игры с элементами футбола 4 часов								
7	Тема: «Удар по мячу носком»	Учить ведению мяча внутренней стороной стопы и носком. Учить остановке мяча подошвой. Игра «Соревнования в школе и мяча».	Урок усвоения новых знаний и	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта. Познавательные: осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
8	Тема: «Удар по мячу внутренней стороной стопы».	Учить удару по мячу внутренней стороной стопы. Освоить перемещения учащиеся прыжками. Учить остановке мяча внутренней стороной стопы. Игра «Быстро и точно»	Комбинированный	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.		

9	Тема: «Передачи мяча».	Жонглирование мяча ногами. Совершенствовать передачи и остановки мяча. Учить ведение мяча по «коридору» шириной 1 м, поочередно подбивая мяч правой и левой ногой. Эстафета с ведением мяча по кругу.	Игровой	Развивать моральные и волевые качества в играх футболистов. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий по футболу. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы		
10	Тема: «Ведение мяча внешней частью подъёма»	ОРУ с мячом. Жонглирование мяча ногами При быстром беге вести мяч внешней частью подъёма, а при медленном любым способом; после удара нога продолжает движение вперёд; мяч вести дальше от соперника ногой. Ведение мяча по прямой, «змейкой». Игра «Вызов номеров».	Урок за-крепления знаний и умений	Научится: Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр, соблюдать правила безопасности. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

Подвижные игры с элементами волейбола 5 часов

11	Тема: «Прием, передача и прокат волейбола»	Прием, передача и прокат волейбола, набивного мяча. Развивать координационные способности	Усвоение и закрепление новых	Научится выполнять бег в темпе по ориентирам – точкам и линиям, менять направление движения	Регулятивные: целеполагание – преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль – использовать установленные	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества		
----	-----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------	--	--

	мяча».	способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом. Правила выполнения упражнений с мячом Игра «Смена сторон»	знаний и умений	по указанию учителя; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения	правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	в разных ситуациях		
12	Тема: «Стойки волейболиста» .	ОРУ в парах. Строевые упражнения ходьба зигзагом, расчет «девять- шесть – три -на месте». Положения при высокой, средней и низкой стойках волейболиста. Обучение бегу приставными шагами правым (левым) боком вперед. П/ игры . «Зеркало». «Кто дальше бросит»	игровой	Научится: правильному статическому положению при высокой, средней и низкой стойках волейболиста; бережному обращению с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: целеполагание – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: общеучебные – осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: взаимодействие – задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения		
13	Тема: «Положение кистей при передаче мяча двумя руками сверху».	Строевые упражнения построение в колонну по три, расчет по три. Учить положению кистей при передаче мяча двумя руками сверху. П/ игра «Мяч в воздухе», «Пятнашки с приседанием». Научить различным видам шагов, выпадам и бегу в стойках, а также комбинациям перемещений. ОРУ со	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: построению в колонну по три, расчет по три, положению кистей при передаче мяча двумя руками сверху; в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: общеучебные - ознакомление с правилами игр «Мяч в воздухе», «Пятнашки с приседанием», Регулятивные - принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки		

		скакалкой.			и учета характера сделанных ошибок;			
14	Тема: «Верхние передачи мяча после отскока от пола».	Строевые упражнения ходьба змейкой, расчет «шесть – три - на месте». ОРУ с гимнастической палкой. Совершенствование навыков: верхней передачи мяча после отскока от пола, прыжков на точность приземления (с высоты до 60 см с закрытыми глазами). П/ игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву».	Комбинированный	Научится: выполнять упражнения в метании и броске мяча; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> – вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)		

					взаимодействии			
15	Тема: «Эстафеты с волейбольным мячом».	Строевые упражнения ходьба противходом и по диагонали. ОРУ с гимнастической палкой. Совершенствование верхней передачи в стену, после подбрасывания над собой. Эстафеты с волейбольным мячом.	Игровой	Научиться: различать скрестный шаг от приставного; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий; ориентироваться в пространстве. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные - <i>уметь:</i> договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
Гимнастика с элементами акробатики 15 часов								
16	Тема: «Режим дня в сохранении и укреплении здоровья».	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по гимнастике. Учить выполнять упражнения только с разрешения учителя и со страховкой Подвижная игра «Займи свое место» Проект.	Комбинированной	Научится понимать, как выполнять поставленную задачу и соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических		

				корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.	решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	нагрузок.		
17	Тема: «Эстафеты со скакалкой»	Ходьба и бег с изменениями ритма и темпа. Тестирование в подъеме туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. Эстафеты со скакалкой	Комбинированный	Научатся: выполнять ходьбу и бег с изменением ритма и темпа, разминку с упражнениями на ориентировку в пространстве, упражнение на внимание; выполнять упражнения со скакалкой в движении.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	<i>Самоопределение</i> - Самостоятельность личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни		
18	Тема: «Передвижение по гимнастической скамейке»	Учить перестроение по двое в шеренге, комплекс утренней зарядки; провести тестирование упражнения «наклон вперед из положения	Урок усвоения новых знаний и умений	Научатся выполнению организующих строевых команд и приемов, ходьбы, бега, комплекса зарядки, наклона вперед из положения стоя выполнять действия по образцу, соблюдая правила	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; Познавательные: <i>общеучебные</i> –	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы		

		стоя», передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре, игру на внимание «Кто быстрее схватит».		техники безопасности. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	выполнение бега, ходьбы, организующих строевых команд и приемов, комплекса зарядки; сдача теста - наклон вперед из положения стоя; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль.	из спорных ситуаций		
19	Тема: «Лазание по горизонтально и наклонной скамейке»	Учить лазанию по горизонтальной и наклонной скамейке, переползание под гимнастической скамейкой; характеризовать физические качества – силу, координациюИ/игры: «Лисы и куры», «К своим флажкам».	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научится выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения задач.	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры		
20	Тема: «Равновесия на напольном гимнастическом бревне»	Учить ходьбе в равновесии по скамейке с перешагиванием через набивные мячи, гимнастические скамейки. Игра «Метко в цель».	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научится: положения частей тела соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями; Получит возможность научиться выполнять эстетически красиво гимнастические упражнения. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> – использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – применять правила и пользоваться инструкциями. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> – проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой		

21	Тема: «Группировки и перекаты»	Учить выполнять перекаты в группировке, из упора стоя на коленях, удержание туловища, ног и рук в различных позах и положениях – статическое положение, перекаты. Игра «Пустое место».	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: выполнять перекаты, упражнения в группировке упоры стоя на коленях и возвращаться в исходное положение; организовывать и проводить подвижные игры; игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов		
22	Тема: «Кувырок вперед и назад».	Тестирование – прыжка через скакалку. Учить кувырку вперед в упор присев, назад в упор на коленях с опорой на руки удержание туловища, ног и рук в различных позах и положениях – статическое положение, перекаты. «Охотники и утки».	Комбинированный	Научится: выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Прыгать через скакалку. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях		

23	Тема: «Лазанье по канату»	Учить лазанью по канату. Шаг с прыжком; приставные шаги; шаг галопа в сторону Строевые упражнения перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Игра «Ниточка и иголочка»	Урок со-вершенс-тования знаний и умений	Научитесь выполнять лазанье по канату в три приема Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: общеучебные - выполнение упражнений на развитие координации движений, Регулятивные - уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	самоопределение - дают адекватную позитивную самооценку; <i>смыслообразование</i> - проявляют познавательный интерес к изучению предмета	23
24	Тема: «Акробатические комбинации в целом».	Строевые упражнения. ОРУ в парах. Выполнить акробатическую комбинацию в целом. Совершенствовать упражнения на равновесие - стойка и ходьба на двух, одной ноге, на носках на гимнастической скамейке, напольном бревне. Упражнения со скакалкой. П/и «Поезд», «Мышеловка».	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научитесь выполнять акробатическую комбинацию в целом из 4-5 упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		. самоопределение - стремятся одержать победу в игре; дают адекватную позитивную самооценку предмета	
25	Тема: «Вис на низкой перекладине»	Учить правильному положению при выполнении висов на низкой перекладине и шведской стенке для выполнения упр. на укрепление брюшного пресса; провести упр. на внимание, контрольное упражнение «вис на	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научитесь правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные - уметь: договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности; задавать вопросы; контролировать действия партнера. Познавательные: используют	<i>морально-этическая ориентация</i> - знают основные морально-этические нормы; оценивают свои поступки; ориентируются на выполнение	

		перекладине на время»; выполнить комплекс ОРУ, направленный на развитие координации движений; разучить игру «Совушка».			общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	моральных норм		
26	Тема: «Комбинации и висов на перекладине»	Совершенствовать упражнения из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: целеполагание – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: общеучебные – осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач		
27	Тема: «Отталкивание от гимнастического мостика двумя ногами»	ОРУ с малыми мячами. Учить прыганию на гимнастический мостик с 3-5 шагов разбега и отталкивание от гимнастического мостика двумя ногами с приземлением на обе ноги. П/и «Заяц без дома»	Урок совершенствования знаний и умений	Научится: прыганию на гимнастическом козле и отталкивание от гимнастического мостика двумя ногами с 3-5 шагов разбега с приземлением на обе ноги. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: общеучебные – ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: взаимодействие – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»		

28	Тема: «Прыжок в упор присев на гимнастического козла».	Учить прыжку в упор на колени на гимнастического козла; то же в упор присев.	Урок со-вершенс-тования знаний и умений	Научится: соскоку в полуприсед с гимнастического козла; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.	Самоопределение – проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях; дисциплинированность, упорство в достижении целей; оказание бескорыстной помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов		
29	Тема: «Соскок в полуприсед с гимнастического козла».	Строевые упражнения. ОРУ с малыми мячами. Отрабатывать технику соскока в полуприсед с гимнастического козла. Подтягивания по гимнастической скамейке на животе. П/и «Пустое место».	Урок за-крепления новых знаний и умений	Научится: прыгать на гимнастического козла в упор присев двумя ногами с 3-5 шагов разбега и спрыгивать приземляясь на обе ноги. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности			
30	Тема: «Гимнастическая полоса препятствий».	ОРУ в движении. Передвижение бегом по периметру спортивного зала с поворотами на 360° по сигналу. Ходьба. Бег. Упражнения в кругу — успокаивающие дыхательные. Гимнастическая полоса препятствий: «Мосты-мосточки»-прогибание и выгибание спины в упоре на гим. скамейках «Космонавты» — перекаты в сторону, па-	Игровой	Уметь уверенно преодолевать полосу препятствий с учетом времени. Научиться творчески подходить к выполнению гимнастических упражнений и добиваться достижения успешного конечного результата; выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Познавательные: <i>общеучебные</i> – контролировать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее благополучие Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности		

		рами, держась за руки. 5.Игра «Ковбои и амазонки» — стойка на гимнастической скамейке (одна рука впереди, другая сзади, ноги по бокам «кося»-скамейки).			достижения		
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	------------	--	--

Лыжная подготовка 15 часов

31	Тема: «Техника безопасности и на занятиях по лыжной подготовке»	Познакомить с правилами поведения и мерами безопасности при переноске лыж и лыжных палок, надевании ботинок и вставлении в крепление, при катании на равнине, на спусках и подъемах	Комбинированный урок	Научится выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Ознакомится с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря по лыжной подготовке. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.		
32	Тема: «Практическое значение занятий лыжным спортом для укрепления здоровья»	Познакомить с историей зарождения ходьбы на лыжах и практическим применением лыж. Познакомить учащихся с правилами выхода на занятия лыжной подготовкой - (температура воздуха, направление ветра, влажность)	Комбинированный урок	Познакомится с историей зарождения лыжного спорта Научится: определять и узнавать температурный режим, при которой можно заниматься лыжной подготовкой. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>оценка</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. Коммуникативные: <i>плани</i>	<i>Смыслообразование</i> – эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им	

					<i>рование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, строить высказывание			
33	Тема: «Подготовка спортивного инвентаря для занятий на лыжах»	Учить подгонять лыжный инвентарь (надевать ботинки, вставлять в крепление, правильно подбирать лыжные палки)	Комбинированный урок	Научится: надевать лыжные ботинки, вставлять в крепления и правильно подбирать лыжные палки; характеризовать роль и значение прогулок на свежем воздухе.	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся к саморазвитию		
34	Тема: «Построение и передвижение с лыжами на учебном занятии и обратно»	Учить правильно построению с лыжами и переходу к месту занятий. Передвижение с лыжами. Построение в шеренгу и колонну	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: строиться в шеренгу и колонну с лыжами, передвигаться к месту занятий; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе		
35	Тема: «Повороты переступанием на месте»	Учить выполнению поворотов (пол-оборота, оборот, кругом) на месте, поэтапно по несколько градусов вправо или влево для изменения направления движения	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: выполнять повороты на лыжах переступанием вправо или влево; ориентироваться в понятии «физическая подготовка»; характеризовать основные физические качества. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы		

36	Тема: «Ступающий шаг».	Учить первому этапу в освоении передвижения на лыжах без палок	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится поочередно поднимать носки лыж и прижимать пятки, совершая продвижение вперед. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: коррекция – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. Познавательные: общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание Коммуникативные: управление коммуникацией –	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности и достижения хорошего результата		
37	Тема: «Передвижение скользящим шагом без палок»	Учить скользящему шагу на лыжах без палок. Разноименный вынос ноги и руки	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится скользить на одной лыже (если правая нога впереди, то левая рука выносится вперед и наоборот). Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия. Регулятивные: планирование – применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний. Познавательные: общеучебные – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические потребности, ценности, чувства		
38	Тема: «Передвижение скользящим шагом с палками».	Учить выполнять передвижения на лыжах, правильному толчку во время скольжения	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится выполнять упражнение толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук.		<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
39	Тема: «Движение ступающим шагом в подъем от 5–8°».	Учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения	Комбинированный урок	Научится передвигаться на лыжах, преодолевая маленькие склоны, встречающиеся на дистанции. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.				

40	Тема: «Спуски в средней стойке с прокатом в высокой стойке».	Учить выполнять передвижения на лыжах, удерживать равновесие на спуске в средней стойке	Комбинированный урок	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности.	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире		
41	Тема: «Эстафеты на лыжах».	Учить быстро и правильно надевать и снимать лыжи и палки, соблюдать правила транспортировки лыж; надевать и снимать лыжи в экстремальных условиях	Игровой	Научится правильно быстро надевать, снимать лыжи и переносить их. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе		
42	Тема: «Техника торможения падением на лыжах»	Учить выполнению организующих строевых команд, ступающего (скользящего) шага на лыжах, протапывания лыжни, обгона, движения на лыжах скользящим шагом без палок,	Комбинированный урок	Научится: <i>Проявлять</i> координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. - Регулятивные - принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений;	<i>Самоопределение</i> – экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам		

		торможения падением, подъема ступающим и скользящим шагом			Коммуникативные - <i>уметь</i> : задавать вопросы; контролировать действия партнера; использовать речь для регуляции своего действия;	здоровьесберегающего поведения		
43	Тема: «Встречные эстафеты»	Цель:учить выполнять организующие командные действия в соперничестве с одноклассниками на лыжах	Игровой	Научится: передвигаться на лыжах; быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику.	Регулятивные: <i>саморегуляция</i> – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
44	Тема: «Эстафеты с поворотом вокруг флажка»	Передвижения на лыжах, выполнять поворот на дистанции во время проведения эстафеты.	Игровой	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять поворот для обратного движения вокруг флажка. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях		
45	Тема: «Прохождение в медленном темпе на лыжах 1000 м»	Проверить технику ступающего и скользящего шага на лыжах с палками; провести дистанцию 1000 м с отдельным стартом на время ; подвести итоги лыжной подготовки	Урок закрепления новых знаний и умений	Научится: называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнение организующей строевой команды «Лыжи под руку», ходьбы ступающим (скользящим) шагом; прохождение дистанции на	Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя; Познавательные: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> –управление своими	<i>Самоопределение</i> - стремятся одержать победу в играх; дают адекватную позитивную самооценку; <i>смыслообразование</i> -		

				лыжах 1000м с разделным стартом на время.	эмоциями в различных ситуациях и условиях; дисциплинированность, упорство в достижении целей	проявляют познавательный интерес к изучению предмета.		
Раздел спортивные игры - Баскетбол 9 часов								
46	Тема: «Техника безопасности и правила поведения. Стойки баскетболиста»	Учить правилам поведения на уроке и соблюдения техники безопасности во время занятий. Обучение передвижению в стойке баскетболиста в стороны, вперед и назад; продолжить обучение ведению в движении и передаче мяча двумя руками от груди. Подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится выполнять правила поведения и соблюдать технику безопасности для сохранения своего здоровья во время занятий физической культурой; передвижению в стойке баскетболиста в стороны, вперед и назад; ведению мяча на месте. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе		
47	Тема: «Держание баскетбольного мяча»	Обучение держанию баскетбольного мяча, подбрасыванию и ловле мяча; начальное обучение ведению мяча на месте. Игра «Гонка мячей по кругу»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: держать правильно баскетбольный мяч, подбрасывать и ловить мяч. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Познавательные: <i>общеучебные</i> - выполнение организующих строевых команд, бега, разминки в ходьбе, упражнения на равновесие, с мячами в парах. Регулятивные - принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно	<i>Самоопределение</i> – активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.		
48	Тема: «Ведение мяча на месте и в движении»	Повторение ведения мяча на месте; обучение ведению мяча в движении; обучение передаче мяча в парах	Урок усвоения новых	Научится: отбивать мяч от пола на месте и в движении; характеризовать роль и значение занятий физкультурой для укрепления здоровья.				

		двумя руками от груди. Подвижная игра «Салки с мячами»	знаний и умений	Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	воспринимать оценку учителя; Коммуникативные - <i>уметь</i> : задавать вопросы; контролировать действия партнера; использовать речь для регуляции своего действия			
49	Тема: «Передачи мяча в парах»	Передачи мяча в парах; повторить бросок набивного мяча на дальность из-за головы и от груди двумя руками (вес мяча 1 кг), игру «Вышибалы маленькими мячами»; упражнять в равновесии.	игровой	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Регулятивные: <i>саморегуляция</i> – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формировать	<i>Самоопределение</i> - оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
50	Тема: «Повороты на месте с мячом в руках»	Продолжить обучение ведению мяча в движении; обучать поворотам на месте с мячом в руках. Эстафеты с набивным мячом.	Комбинированный урок	Научится: объяснению в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.	<i>Самоопределение</i> – готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения		
51	Тема: «Передача одной рукой от плеча»	Ознакомить с понятием «дистанция» и размыканием приставными шагами; обучать передаче одной рукой от плеча; обучать ведению мяча в высокой стойке с изменением направления. «Салки одним мячом»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: технически правильно выполнять передачу одной рукой от плеча; ведению мяча в высокой стойке с изменением направления. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		<i>Самоопределение</i> – проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

52	Тема: «Передача мяча через защитников»	Ознакомить с понятием «интервал»; обучать перестроению в колонну по четыре; передаче мяча одной рукой над головой; передаче мяча через защитников. ОРУ в колонне по одному, чередуя бег с ходьбой. П./ игра «Воробьи и вороны»	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: технически правильно выполнять передачу мяча одной рукой над головой; передачу мяча через защитников; соблюдать правила взаимодействия с игроками. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
53	Тема: «Обводка соперника».	Ведение мяча в средней стойке с перемещением приставными шагами по направлению движения; обводка соперника, повернувшись к нему спиной бросок мяча в кольцо способом «снизу». П/игра «Охотники и утки».	Урок усвоения новых знаний и умений	Научится: ведению мяча в средней стойке с перемещением приставными шагами по направлению движения; обводке соперника, повернувшись к нему спиной, броску мяча в кольцо способом «снизу». Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни		
54	Тема: «Начало игры и розыгрыш начального и спорного бросков».	Ознакомить с началом игры и розыгрышем начального и спорного бросков. Продолжить обучение ведению мяча в средней стойке с изменением направления; передачам двумя руками над головой и двумя руками снизу-сбоку; двум	Изучение нового материала	Научится: передачам двумя руками над головой и двумя руками снизу-сбоку; двум шагам в баскетболе. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии	<i>Самоопределение</i> – проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;		

		шагам в баскетболе. Двухсторонние игры с элементами баскетбола." Игра «Десять передач»			с содержанием учебного предмета. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения		
Раздел «Спортивные игры» – Волейбол 5 часов							
55	Тема: «Разновидности шагов, перемещений выпады и бег».	Различные виды шагов, выпады и бег в стойках, игра «Пятнашки». ОРУ со скакалкой. Строевые упражнения игра «Вызов номеров».	Урок игровой	Научится: различным видам шагов, выпадам и бегу в стойках, а также комбинациям перемещений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалками и П.и.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	
56	Тема: «Положение кистей при передаче мяча двумя руками сверху».	Обучение шагам галопа в парах. ОРУ со скакалкой. Строевые упражнения построение в колонну по три, расчет по три. Совершенствование: прыжков через скакалку. П/ игра «Мяч капитану», «Ворота». «Пятнашки с приседанием	Урок ус-воения новых знаний и умений	- Научится: технически правильно выполнять положению кистей при передаче мяча двумя руками сверху; соблюдать правила взаимодействия с игроками. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>смыслообразование</i> - проявляют познавательный интерес к изучению предмета	
57	Тема: «Верхняя передача над собой»	Строевые упражнения построение в колонну четыре, расчет по четыре. ОРУ со скакалкой. Разучить верхнюю передачу над собой.	Урок ус-воения новых знаний и умений	Научится: выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Организовывать	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> – предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: <i>информационные</i> – анализ информации. Коммуникативные: <i>планирование</i>	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев	

		Совершенствование: разновидности прыжков через скакалку. П/игра «Мяч в обруче»		здоровьесберегающуюжизнедея тельность с помощью разминки.	<i>е учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	успешности учебной деятельности		
58	Тема: «Пионербол и подвижные игры – названия и правила»	Учить верхней передачи в стену, после подбрасывания над собой, выполнять игровые действия и упражнения из игры в «Пионербол» и других подвижных игр, разной функциональной направленности, называть эти игры «Мяч в воздухе», «Лиса и куры».	Игрово й	Научится: организовывать места занятий спортивными играми; соблюдать правила во время проведения игр, различие названия игр. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение</i> – социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам		
59	Тема: «Развитие быстроты, передача волейбольного мяча и его ловля»	Научится ловле и передаче волейбольного мяча. Тестирование - прыжки через скакалку Игра «Снайперы»	Комбин и- рованн ый урок	Научится выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>планировани е учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Смыслообразован ие</i> – мотивация учебной деятельности		
Легкая атлетика 5 часов								

60	Тема: «Стартовый рывок».	Дать понятие о стартовом рывке. Тестирование - бег 30 метров. Игры по желанию детей.	Урок со-вершен ст-вования знаний и умений	Научится: Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности		
61	Тема: «Развитие скоростных способностей».	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (быстрота). Уметь бегать с максимальной скоростью с высокого старта 30м. Осваивать правила личной гигиены. Игра «Подвижная цель»	Урок со-вершен ст-вования знаний и умений	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать правила подвижной игры для развития координации.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебногo сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни		
62	Тема: «Подвижные игры на развитие координации».	Развивать координацию посредством подвижных игр.	Игрово й	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать правила подвижной игры для развития координации. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.		<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность, оционально-нравственная отзывчивость.		

63	Тема: «Метание теннисного мяча на точность»	Учить правильной постановке руки при метании мяча в цель. Тестирование - метание мяча в цель. Игра «Кто дальше бросит».	Комбинированный урок	Научится выполнять легкоатлетические упражнения – метание теннисного мяча с правильной постановкой руки. <i>Организовывать</i> здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире		
64	Тема:«Челночный бег 3*10м»	Тестирование - челночный бег3*10м.Правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Комбинированный урок	Научится: перемещаться вперед и назад, переставляя кубики;	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать познавательную задачу в практическую. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: формирование умения выбирать упражнения для развития физических качеств	<i>самоопределение</i> -стремятся одержать победу (по выбору учащихся); дают адекватную позитивную самооценку; <i>смыслообразование</i> - проявляют познавательный интерес к изучению предмета.		
Футбол 4 часа								

65	Тема: «Передачи мяча».	Жонглирование мяча ногами. Совершенствовать передачи и остановки мяча. Учить ведение мяча по «коридору» шириной 1 м, поочередно подбивая мяч правой и левой ногой. Эстафета с ведением мяча по кругу.	Игрово й	Развивать моральные и волевые качества в играх футболистов. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий по футболу. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.			
66	Тема: «Игровые ситуации»	ОРУ. Совершенствовать ведение, удары и прием мяча разными способами. Закрепить попадание мячом в предметы, забивания мяча в ворота. Игра «Подвижная цель»	Игрово й	Научится: объяснять значение и роль болельщиков в игре, осваивать правила и способы поведения болельщиков. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	<i>Самоопределение</i> – сознание ответственности человека за общее благополучие		
67	Тема: «Индивидуальная игра в футболе».	Научатся индивидуальным техническим действиям в игре футбол - удары по мячу серединой лба. (использование корпуса при игре головой),	игровой	Научится: соблюдать правила взаимодействия с партнером; организовывать и проводить подвижные игры освоит приемы ударов мяча головой.	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности		

		обводка, жонглирование мячом. Разновидности перемещении. Игра в «Мини – футбол»						
68	Тема: «Игра в «Мини – футбол»	Рассказать об общих и индивидуальных основах личной гигиены. ОРУ. Игра в «Мини – футбол»	Урок соревнование	<p>Научится: отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки в соответствии с изученными правилами; выполнять закаливающие процедуры для укрепления здоровья. Разновидности перемещении. Удары и прием мяча разными способами. Обводка. Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.</p>	<p>Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов.</p> <p>Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><i>Самоопределение</i> – установка на здоровый образ жизни</p>		