

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ г. КЕРЧИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «ШКОЛА №9»**

«Рассмотрено»	«Согласовано»	«Утверждаю»
Руководитель МО Акулова Г.Г. Протокол заседания МО № от « » августа 2016г.	Заместитель директора по УВР Г.Р. Ризванова. «__» 2016 г.	Директор Лоштун О. Б. «__» 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Ступень обучения - начальное общее , 3 класс

Срок реализации программы -1год

Учебный год 2016-2017

Количество часов в неделю- 3

Количество часов в год- 102

Учебник «Физическая культура, 1-4 классы», В.И. Лях. Учебник для обще образовательных организаций ”Просвещение “ 2014

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации.

Рабочую программу составила Аблаева Д.Д.,квалификационная категория «первая»

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования второго поколения, примерной программы по физической культуре и на основе авторской программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. (Авторы: д.п.н. В.И.Лях и к.п.н. А.А.Зданевич) «Физическая культура 1-4 классы. Рабочие программы. 1-4 класс». М.: «Просвещение», 2011г.

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

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих учебных задач:

- **укрепление** здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- **формирование** первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- **овладение** школой движений;
- **развитие** координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, точности, быстроты, точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирование в пространстве) и координационных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости, гибкости) способностей;
- **формирование** элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;
- **выработка** представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- **формирование** установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- **приобщение** к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интереса к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- **воспитание** дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные

У учащихся будут сформированы:

- ✓ положительное отношение к урокам физической культуры;
- ✓ понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека;
- ✓ мотивация к выполнению закаляющих процедур.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- ✓ познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры;

- ✓ положительной мотивации к изучению различных приёмов и способов;
- ✓ уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные

Учащиеся научатся:

- ✓ выполнять правила поведения на уроках физической культуры;
- ✓ рассказывать об истории возникновения Олимпийских игр, о летних и зимних Олимпийских играх; о физическом развитии человека;
- ✓ называть меры по профилактике нарушений осанки;
- ✓ определять способы закаливания;
- ✓ определять влияние занятий физической культуры на воспитание характера человека;
- ✓ выполнять строевые упражнения;
- ✓ выполнять различные виды ходьбы;
- ✓ выполнять различные виды бега;
- ✓ выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с разбега, с поворотом на 180°;
- ✓ прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
- ✓ метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м;
- ✓ выполнять кувырок вперед;
- ✓ выполнять стойку на лопатках;
- ✓ лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке;
- ✓ перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов;
- ✓ выполнять танцевальные шаги;
- ✓ играть в подвижные игры;
- ✓ выполнять элементы спортивных игр.

Учащиеся получают возможность научиться:

- ✓ понимать влияние физических упражнений на физическое развитие человека;
- ✓ рассказывать о видах спорта, включённых в программу летних и зимних Олимпийских игр;
- ✓ определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений,
- ✓ направленных на развитие определённых физических качеств;
- ✓ выполнять упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки;

- ✓ организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие *умения*:

- ✓ планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- ✓ излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- ✓ представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- ✓ измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- ✓ оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- ✓ организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- ✓ бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- ✓ организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- ✓ характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- ✓ в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- ✓ подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ✓ находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- ✓ выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- ✓ выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- ✓ выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Метапредметные

Регулятивные

Учащиеся научатся:

- ✓ понимать цель выполняемых действий;

- ✓ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- ✓ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- ✓ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- ✓ вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получают возможность научиться:

- ✓ продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
- ✓ объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- ✓ самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- ✓ координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- ✓ организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул;
- ✓ видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- ✓ оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- ✓ управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- ✓ обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.

Познавательные

Учащиеся научатся:

- ✓ осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника;
- ✓ различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- ✓ характеризовать основные физические качества;
- ✓ группировать игры по видам спорта;
- ✓ устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.
- ✓ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- ✓ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

Учащиеся получают возможность научиться:

- ✓ осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- ✓ свободно ориентироваться в книге, используя информацию форзацев, оглавления, справочного бюро;
- ✓ сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
- ✓ устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека;
- ✓ организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- ✓ планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- ✓ анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- ✓ технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

- ✓ рассказывать об истории Олимпийских игр и спортивных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
- ✓ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- ✓ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получают возможность научиться:

- ✓ выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- ✓ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- ✓ понимать действия партнёра в игровой ситуации;
- ✓ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- ✓ умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- ✓ умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- ✓ умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА

1. Базовая часть (78 ч.):

- Основы знаний о физической культуре:
- естественные основы
- социально-психологические основы
- приёмы закаливания
- способы саморегуляции
- способы самоконтроля

2. Легкоатлетические упражнения (21 ч.):

- бег
- прыжки
- метания

3. Гимнастика с элементами акробатики (18 ч.):

- построения и перестроения
- общеразвивающие упражнения с предметами и без
- упражнения в лазанье и равновесии
- простейшие акробатические упражнения
- упражнения на гимнастических снарядах

4. Кроссовая подготовка (21 ч.):

- освоение техники бега в равномерном темпе

- чередование ходьбы с бегом
- упражнения на развитие выносливости

5. Подвижные игры (21 ч.):

- освоение различных игр и их вариантов
- система упражнений с мячом

6. Вариативная часть (21 ч.):

- подвижные игры с элементами баскетбола

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

3 часа в неделю - 102 часа в год

№	Кор рек ция	Дата	Кор рек ция	Тема урока	Элементы содержания	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности			
							Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуника тивные УУД	Личност- ные УУД
Лёгкая атлетика – 11 часов										
1.				Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики и в подвижных играх на материале л/атлетики. Оказание первой помощи. Ходьба и бег.	Ходьба с изменением длины и частоты шага. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета». Развитие скоростных способностей. Инструктаж по ТБ	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. Формировать представления о правилах безопасности поведения на занятиях	Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
2.				Техника высокого старта с последующим ускорением. Техника челночного бега 3х10м. Олимпийские игры: история возникновения.	Техника высокого старта с последующим ускорением. Техника челночного бега. Ходьба через препятствий. Бег с максимальной скоростью 30 м. Игра «Кот и мыши	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м;	Овладение фактами истории развития физической культуры характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения

						бегать «челноком»	деятельностью Овладение фактами истории развития Олимпийских игр			
3.				Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Эстафеты с предметами	Подвижные игры «Кот и мыши», «Невод», «Пустое место» Эстафеты с предметами	Уметь правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м, 30м.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использование м средств физической культуры	Умения активно включаться в коллектив ную деятельность, взаимодейс товать со сверстниками в достижении целей	Проявлять положительн ые качества личности и управлять своими эмоциями
4.				Бег 30 м с высокого старта на результат. Техника челночного бега 3x10 м.	Бег на результат 30 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон». Понятия: <i>эстафета, старт, финиш</i> Техника челночного бега 3x10 м.	Уметь правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 30 м Понимать термины: <i>эстафета, старт, финиш</i>	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ но – яркой форме в процессе общения и взаимодейс твия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинир ованность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей

5.				Челночный бег 3х10 м на результат. Прыжки в длину с места.	Челночный бег 3х10 м на результат. Прыжки в длину с места. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения. XXII олимпийские игры в г. Сочи.	Уметь пробегать «челноком» этап 3х10м с максимальной скоростью; совершенствоваться прыжки в длину с места. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон».	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
6.				Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Эстафеты с предметами и без них. Прыжки в длину с места «Кто дальше»	Подвижные игры «Белые медведи», «Космонавты», «Пустое место» Эстафеты с предметами и без них. Прыжки в длину с места «Кто дальше»	Продолжить формирование представлений о правилах безопасного поведения при занятиях физическими упражнениями	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
7.				Прыжки в длину с места.	Прыжок в длину с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых качеств. Влияние бега на здоровье	Уметь правильно выполнять движения в прыжках, правильно приземляться Влияние бега на здоровье	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения активно включаться в коллективную деятельность	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками

8.				Прыжок в длину с места на результат. Подтягивание на перекладине.	Прыжок в длину с места на результат. Подтягивание на перекладине. Много скоки. Игра «Волк во рву» Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь правильно выполнять движения в прыжках; уметь правильно приземляться; прыгать в длину с места	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной форме – яркой форме	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями
9.				Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Соревнования между командами «Самый быстрый»	Подвижные игры «Белые медведи», «Космонавты», «Пустое место» Эстафеты с предметами и без них. Соревнования между командами «Самый быстрый»	Знать правила игр, применять их в разнообразных условиях	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
10.				Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде»	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель Иметь представление о необходимости выполнения утренней гигиенической гимнастики	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы

11.				Метание малого мяча в цель с 4-5 метров на результат.	Метание малого мяча в цель с 4-5 метров на результат Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде»	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель. Знать приёмы закаливания. Уметь правильно оценивать своё самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном
-----	--	--	--	---	--	---	--	---	---	--

Кроссовая подготовка - 14 часов

12.				Урок-игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Подвижные игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки». Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами; учить поворотам на месте; совершенствовать технику ведения мяча.	Знать и выполнять правила игр, применять их в разнообразных условиях Иметь представление о личной гигиене	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
-----	--	--	--	---	---	--	--	--	--	--

13.				Бег с изменением направления. Подвижные игры на материале спортивных игр.	Бег с изменением направления. Равномерный бег 5 мин. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут, чередовать ходьбу с бегом Иметь представление о личной гигиене	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
14.				Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Равномерный бег 6 мин. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости Измерение роста, веса, силы	Уметь бегать в равномерном темпе до 6 минут, чередовать ходьбу с бегом. Уметь измерять рост, вес и силу мышц.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
15.				Урок-игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с вырубкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях В паре со сверстниками моделируют случаи травматизма и оказания первой помощи	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
16.				Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Бег 7 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба).	Уметь бегать в равномерном темпе до 7 минут, чередовать ходьбу с бегом.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня	Умение доносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия

17.				Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Бег 7 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (90 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Уметь бегать в равномерном темпе до 7 минут, чередовать ходьбу с бегом. Знать правила правильного дыхания при выполнении физических упражнений, в том числе и бега.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества
18.				Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях Формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при метании.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
19.				Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Бег 8 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой».	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей

20.				Шестиминутный бег на результат.	Шестиминутный бег на результат. Игра «Третий лишний». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом Иметь представление о пользе закаливания организма в осеннее время года	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
21.				Урок-игра, соревнование. Встречные эстафеты без предметов и с предметами	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с вырубкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях Иметь представление об оказании первой помощи	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками
22.				Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Бег 8 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с вырубкой».	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном

[illegible]

26.				Подвижные игры на материале спортивных игр.	ОРУ в движении. Игры: «Мяч ловцу», «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Правильно оценивать своё самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения действия и его результата с заданным эталоном
27.				Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	Игры: «Мяч ловцу», «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
Гимнастика – 18 часов										
28.				Инструктаж по технике безопасности по физической культуре (занятия на материале гимнастики с основами акробатики). Кувырок вперёд и назад. Строевые упражнения.	ОРУ. Кувырок вперёд, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!»,	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания

29.				Акробатика. Строевые упражнения.	ОРУ. Мост с помощью и самостоятельно. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!»,	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации. Получать навыки в перестроениях;	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
30.				Урок-игра, соревнование, народные игры. Игры - эстафеты с перелезанием и подлезанием	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Игры - эстафеты с перелезанием и подлезанием	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Иметь представление о преимуществах здорового образа жизни;	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
31.				Мост с помощью и самостоятельно. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках.	ОРУ. Мост с помощью и самостоятельно. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках (учёт) Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Развитие координационных способностей, гибкости. Игра «Что изменилось?»	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы

32.				Тест на гибкость. Акробатика.	ОРУ. Мост с помощью и самостоятельно Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!»	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения действия и его результата с заданным эталоном
33.				Урок-игра, соревнование. Соревнование «Чья «березка» лучше	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Соревнование «Чья «березка» лучше	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
34.				Висы. Подтягивание. Строевые упражнения.	ОРУ с предметами. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Подтягивание в висе. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля».	Уметь выполнять висы и упоры	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях

35.				Висы. Подтягивание. Отжимание. Строевые упражнения. Танцевальные упражнения.	ОРУ с предметами. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Подтягивание в висе. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Поднимание ног в висе. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля»	Уметь выполнять висы и упоры	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
36.				Урок - игра, соревнование. Эстафеты с предметами. Комплекс корректирующих упражнений на контроль ощущения в постановке головы, плеч	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Контроль осанки в движении	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
37.				Отжимание от скамейки (зачёт)	Отжимание от скамейки (зачёт) Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках.	Уметь выполнять висы и упоры	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным

					Подтягивание в висе. Поднимание ног в висе. ОРУ с предметами. Игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей			человека	целей	эталоном
38.				Висы. Подтягивание (учёт). Отжимание. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе (учёт). Поднимание ног в висе	Уметь выполнять висы и упоры	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
39.				Урок - игра, соревнование. Соревнование «лучший акробат». Комплекс ОРУ с гимнастической палкой.	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Соревнование «Лучший акробат». Комплекс ОРУ с гимнастической палкой.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях

40.				Опорный прыжок, лазание по канату	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату, выполнять опорный прыжок	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
41.				Опорный прыжок, лазание по канату	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч».	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
42.				Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Соревнование «Кто самый сильный» (соревнования по подтягиванию).	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Иметь представление о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на равновесие, о режиме дня младшего школьника	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения действия и его результата с заданным эталоном
43.				Опорный прыжок, лазание	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в	Представление физической культуры как средства	Потребность в общении с учителем Умение	Активно включаться в общение и взаимодейств

				по канату	препятствие. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств		зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	ие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества
44.				Опорный прыжок, лазание по канату (учёт)	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема (учёт). Перелезание через препятствие. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрее»	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
45.				Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» Эстафеты с предметами Соревнование «Кто самый сильный» (соревнования по подтягиванию).	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	.Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
Подвижные игры – 3 часа										
46.				Народные игры. Игры с прыжками через препятствия, с набивными мячами.	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочка»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах

[illegible]

49.				Инструктаж по технике безопасности во время проведения игры. Значение подвижных игр.	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей ТБ	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Иметь представление о пользе подвижных игр для организма младшего школьника	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
50.				Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Понимать термины «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
51.				Спортивные и подвижные игры	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись», «Мяч ловцу». Развитие координационных	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению

					способностей					
52.				Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности
53.				Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
54.				Спортивные и подвижные игры	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Иметь знания о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
55.				Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк	Уметь играть в подвижные игры с бегом,	Оценивание красоты телосложения и	Представление физической культуры как	Умения активно включаться в	Оказывать бескорыстную помощь

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

					силовых качеств		значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	места занятий	достижения цели	(нестандартных)ситуациях и условиях
59.				Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
60.				Урок-игра, соревнование. «Кто дальше уедет после спуска»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Подвижная цель», «Мяч ловцу».	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
61.				Подвижные	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
62.				Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Прыжки по	Уметь играть в	Овладение	Умение объяснять	Умения организовать	Активно включаться в

					полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веребочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	фактами истории развития физической культуры	правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	вать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения
63.				Урок-игра, соревнование. Метание снежков в цель, на дальность. «Кто самый ловкий?».	Подвижные игры «Охотники и утки», «Быстро и точно» Соревнование по метанию снежков в цель и на дальность «Кто самый ловкий?».	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять положительные качества личности и управлять эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
64.				Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Удочка», «Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Иметь навыки метания и ловли, координацию движений.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
Подвижные игры с элементами баскетбола – 21 час										
65.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение,	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с

					рукой, в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Снайперы».	броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	существенные связи и отношения между объектами и процессами.	еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	ними общий язык и общие интересы
66.				Урок-игра, соревнование.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Подвижная цель», «Мяч ловцу». Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
67.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества
68.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной форме в процессе общения и	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей

					Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) – учёт. ОРУ.	подвижных игр; играть в мини-баскетбол		ошибки, эффективно их исправлять	взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	
69.				Урок-игра, соревнование. Эстафета	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
70.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
71.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы

					руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Снайперы».	играть в мини-баскетбол			целей	
72.				Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с мячами.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества
73.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Снайперы», игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Иметь представление о необходимости соблюдения правил техники безопасности	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
74.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние,	Овладение фактами истории развития физической культуры,	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении

					правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Снайперы», игра в мини-баскетбол.	ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	использовать средства достижения цели	поставленных целей
75.				Урок-игра, соревнование «Стремительные передачи»	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
76.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
77.				Подвижные игры с элементами баскетбола (учёт)	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение,	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах

					направления. Бросок двумя руками от груди. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) – учёт. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол.	броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	существенные связи и отношения между объектами и процессами.	результата с заданным эталоном	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества
78.				Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Р	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
79.				Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой: выполнении прыжков, метания и беговых упражнений; кроссовой подготовкой и во время подвижных игр. Игры и эстафеты с мячами. ОРУ типа зарядки.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. ТБ.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Иметь представление о разнообразии общеразвивающих упражнений	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
80.				Подвижные игры с элементами	ОРУ. Ловля и передача мяча в	Уметь владеть мячом:	Оценивание красоты	Волевая саморегуляция,	Умения активно	Оказывать бескорыстную

				баскетбола	движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	ю помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
81.				Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	Подвижные игры «Горелки», «Лапта», «Третий лишний» Эстафеты с мячами	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
82.				Подвижные игры с элементами баскетбола	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Бросок двумя руками от груди.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
83.				Подвижные игры с элементами баскетбола	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние,	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа	Умения активно включаться в коллективную деятельность,	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с

					направления и скорости. Эстафеты. Игра «Овладей мячом».	ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	образцами.	действия и его результата с заданным эталоном	взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	ними общий язык и общие интересы
84.				Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	Подвижные игры «Горелки», «Лапта», «Третий лишний» Эстафеты с мячами	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующим и её роль и значение в жизнедеятельности человека	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
85.				Подвижные игры с элементами баскетбола (учёт)	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости (учёт) Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
Кроссовая подготовка – 7 часов										
86.				Бег по пересечённой местности. Преодоление малых	Равномерный бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа

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

					марше». Развитие выносливости.			физической культуры	взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	заданным эталоном
90.				Урок-игра, соревнование. Эстафета	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Иметь представление о необходимости самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
91.				Шестиминутный бег (учёт)	Шестиминутный бег (учёт). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередовать ходьбу с бегом	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном
92.				Бег 1 км (учёт)	Кросс 1 км. Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника;	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном
Лёгкая атлетика – 10 ч										
93.				Урок-игра,	Подвижные игры	Уметь играть в	Овладение	Умение	Потребность	Формировани

				соревнование. Эстафеты с мячом из различных стартов. Игры с бегом и метанием.	«Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом из различных стартов	подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	е социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
94.				Метание малого мяча с места в цель с 4-5 метров. Игры с метанием.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игры «Точный расчёт», «Снайперы»	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
95.				Учёт метания малого мяча с места в цель с 4-5 метров. Техника челночного бега.	Учёт метания малого мяча с места в цель с 4-5 метров. Техника челночного бега. Игры «Точный расчёт», «Снайперы» Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
96.				Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием.	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревн	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда,	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного

					ование «Самый ловкий».Эстафеты с мячом из различных стартов		существенные связи и отношения между объектами и процессами.	находить возможности и способы их улучшения	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	отношения к учению
97.				Челночный бег 3х10м (учёт) Бег 30 м с высокого старта.	Челночный бег 3х10м (учёт). Игра «Бездомный заяц», «Эстафета зверей». Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями
98.				Бег 30 м с высокого старта (учёт). Прыжки в длину с места.	Бег 30 м с высокого старта (учёт). Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями
99.				Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием.	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению

100.				Прыжки в длину с места на результат. ОРУ с мячами. Игровые упражнения с малыми мячами. Подтягивание на перекладине.	Прыжки в длину с места на результат. ОРУ с мячами. Игровые упражнения с малыми мячами. Подтягивание на перекладине. Многоголки.	Уметь правильно выполнять движения в прыжках, правильно приземляться. Иметь представление о правилах безопасности упражнениями	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
101.				Учёт подтягивания на перекладине. ОРУ с мячами.	Учёт подтягивания на перекладине. ОРУ с мячами. Игра «Зайцы в огороде».	Уметь подтягиваться на перекладине	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению
102.				Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с мячами	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на марше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом с различных стартов	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Иметь знания о правилах безопасности поведения при занятиях физическими упражнениями	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы