муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Начальная общеобразовательная школа № 14 с. Глинка

УП	ЗЕРЖ,	цено	
Дир	ектор	МБОУ	НОШ № 14
		/И.А.	Жернякова
«	»		2023г
При	каз от		$\mathcal{N}_{\underline{0}}$

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 1-4 КЛАСС (по ФГОС)

Срок реализации:4 года

Составитель: учитель начальных классов

Ржахова Ольга Анатольевна

Содержание

- 1.Пояснительная записка.
- 2.Планируемые результаты изучения учебного предмета физическая культура.
- 3. Содержание учебного предмета.
- 4. Тематическое планирование с указанием количества часов, отведенных на освоение каждой темы.
- 5. Календарно-тематическое планирование с указанием количество часов отведенных на освоение каждой темы.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «физическая культура» предназначена для учащихся 1-4 классов общеобразовательной школы. Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Рабочая программа являетсясоставной частью подготовки в предметной области «физическая культура», и ее освоение должно обеспечить укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений само - регуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Данная программа составлена на основе:

- фундаментального ядра содержания общего образования;
- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования;
- примерной программы начального общего образования по физической культуре: Просвещение 2009г;допущенной Министерством образования и науки РФ;
 - программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального общего образования.

Актуальность программы. Актуальность образования в области физической культуры определяется необходимостью формирования у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни

Цель программы: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи программы:

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

Срок реализации программы: 4года.

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

Характеристика учебного процесса

- К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся:
- уроки физической культуры,
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика перед началом занятий, физкультурные минуты во время уроков, игры и физические упражнения на перерывах и в режиме продленного дня);
- внеклассная физкультурно-массовая работа (занятие в кружках физической культуры и спортивных секциях, спортивные соревнования);
- внешкольная спортивно-массовая работа (по месту жительства учеников, занятия в детско-юношеских спортивных школах, спортивных обществах);
- самостоятельные занятия школьников физическими упражнениями в семье, на пришкольных и дворовых площадках, стадионах, в парках)

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа:

- с образовательно- познавательной
- образовательно-предметной
- образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и

подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Методы организации урока:

Фронтальный – упражнения выполняются одновременно всеми учащимися (игры, упражнения на осанку, построения перестроения) – использую при проведении строевых, обще развивающих упражнений в водной части урока.

Поточный - учащиеся выполняют одно и то же упражнение по очереди, один за другим, беспрерывным потоком (лазанья по гимнастической стенке, скамейке, прыжки в длину, бег).

Посменный — учащиеся распределятся на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазанье).

Индивидуальный – используются в учетных уроках.

Групповой - каждая группа учащихся по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений.

На уроках физической культуры основными технологиями являются игровые и групповые технологии, которые несут ряд функций: обучающие, воспитательные, развивающие, психотехнические, коммуникативные, развлекательные, релаксационные. Эти технологии позволяют более действенно обеспечить гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общее комфортное состояние обучающегося, дать заряд положительных эмоций, снять негативный настрой после прохождения некоторых уроков, дать общий эффект радости от общения от успешного преодоления трудностей.

Здоровьесберегающие технологии позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности;

Применение ИКТ на уроках образовательно-предметной и образовательно-познавательной направленности позволяет развивать умение учащихся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира в области физической культуры и спорта; овладевать практическими способами работы с информацией; обмениваться информацией с помощью современных технических средств.

Технология проектной деятельности стимулирует самостоятельность учащихся, их стремление к самовыражению, формирует активное отношение к вопросам здорового образа жизни, физкультуры и спорта, сопереживание и сопричастность к нему, развивает коммуникативные качества.

Система оценки достижений учащихся

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов обучающихся включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Предметом стартового оценивания, которое проводится в начале каждого учебного года, является определение остаточных знаний и умений обучающихся относительно прошедшего учебного года, позволяющего организовать эффективно процесс повторения и определить эффекты от обучения за прошлый учебный год.

Формы стартового оценивания: сдача нормативов

Предметом текущего (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и универсальные учебные действия для определения проблем и трудностей в освоении предметных способов действия и УУД и планирования работы по ликвидации возникших проблем и трудностей.

Формы текущего оценивания: персонифицированные мониторинговые исследования, уровневые итоговые контрольные работы по физической культуре, включающие проверку сформированности базового уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник научится») и повышенного уровня оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник получит возможность научиться», проектные и исследовательские работы

Предметом промежуточного (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися культурных предметных способов и средств действия, а также УУД.

Формы промежуточной (итоговой) аттестации: типовые задания по оценке личностных результатов, итоговые проверочные работы по предмету физическая культура, сдача нормативов

Подробное описание системы оценки достижений учащихся - Приложение 1

2.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Содержательной и критериальной основой для разработки данной программы явились планируемые результаты освоения ООП НОО. В результате обучения обучающиеся на ступени начального общего образования:

- начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
- начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.
- освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;

- освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств; измерять величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
- научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;
- приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия; выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; передвигаться на лыжах и плавать простейшими способами; будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;
- освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол; в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

• отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
 - целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
 - выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять организующие строевые команды и приемы;
 - выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
 - выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);
 - выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объема);
 - выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре:

1 класс

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

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

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

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

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

1класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

Знания о физической культуре. Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получат первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получат представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получат первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

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

Пегкая атакже. Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3х 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу. Пыжная подготовка. Ученики научатся переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»; выполнять ступающий и скользящий шаг как с палками, так и без, повороты переступанием как с палками, так и без, подъем на склон «полуелочкой» с лыжными палками, и без них, спуск под уклон

в основной стойке с лыжными палками и без них; торможение падением; проходить дистанцию 1,5 км; кататься на лыжах «змейкой». *Подвижные игры*. Ученики научатся играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совуш-ка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы-шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь»; выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

2 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- э Знания о физической культуре выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;
- ▶ Гимнастика с элементами акробатики— строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на перекладине, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;
- ➤ Легкая атлетика— технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег 3 х Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнастическую палку ногой, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту спиной вперед, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км;

- *Пыжная подготовка* передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, обгонять друг друга, подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»;
- ▶ Подвижные игры— усовершенствуют свои навыки в подвижных играх: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки с дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка с мешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хопах», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробьи вороны», «Антивышибалы», выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах.

3 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- ➤ Знания о физической культуре— выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяснять, что такое пас и его значение для спортивных игр с мячом, что такое осанка и методы сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;
- Гимнастика с элементами акробатики выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраиваться в одну, две и три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами и кружочками, с массажными мячами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запоминать временные отрезки, выполнять перекаты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, проходить станции круговой тренировки, лазать и перелезать по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, висеть завесой одной и двумя ногами на перекладине, прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку, прыгать в скакалку в тройках, выполнять упражнения на гимнастическом бревне, на гимнастических кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед), лазать по наклонной гимнастической скамейке, выполнять вращение обруча;
- » Легкая атлетика— технике высокого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3 х 10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, прыгать в высоту

- спиной вперед, прыгать на мячах-хопах, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, проходить полосу препятствий;
- ➤ Лыжная подготовка передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, переносить лыжи под рукой и на плече, проходить на лыжах дистанцию 1,5 км, подниматься на склон «полу-елочкой», «елочкой», «лесенкой», спускаться со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой»;
- ▶ Подвижные и спортивные игры давать пас ногами и руками, выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хопах», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

4 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- Э Знания о физической культуре- выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне;
- ▶ Гимнастика с элементами акробатики выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, вис завесом одной и двумя ногами, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи), опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, массажными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;
- > Легкая атлетика— пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать

- набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;
- ➤ Лыжная подготовка передвигаться на лыжах скользящим и ступающим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным и одновременным ходом, «змейкой», выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой», спуск со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», проходить дистанцию 2 км, играть в подвижные игры на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»;
- ▶ Подвижные и спортивные игры— выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры «Ловишка», «Ловишка на хопах», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы с ранением», «Вышибалы через сетку», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь острожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол)

3.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс					
	Физическая культур	а как система раз	нообразных форм з	анятий физическими упражнениями. Возникновение физической					
	культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные спо передвижения человека. Режим дня и личная гигиена								
FT.									
) Its				рревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История					
A K		зарождения древн	их Олимпийских иг	р. Физические упражнения, их отличие от естественных движений.					
KOÌ		Основные физич	еские качества: сил	па, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание					
 eci		организма (обтира	ание)						
K			Физическая культ	ура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с					
Бид			трудовой деятел	вьностью. Виды физических упражнений (подводящие,					
р о				соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол,					
81			баскетбол. Физиче	ская нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений					
He	(ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ)								
3на				История развития физической культуры в России в XVII – XIX					
				вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии.					

				Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).				
	-	и проведения игр	· -	ей зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной				
льности	E B M	Выполнение утре выполнение упрах	жнений, развивающ вижные игры и зан	имнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; их быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска изтия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение				
Способы физической деятельности			Освоение компленосновных физичест совершенствования Развитие вынослив	ссов общеразвивающих физических упражнений для развития ких качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. вости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных вемя и после выполнения физических упражнений. Проведение				
Способы фи			Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.					
			Физическое совери					
Гимнастика с основами акробатики	Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйсь!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте;							

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком. Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью) **Организующие команды и приемы**: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом». Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях. Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения. Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне. Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед. Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение

				через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги»						
Легкая	Бег: с высоким подн	иманием бедра, прыжка	ами и ускорени	ем, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу,						
атлетика	спиной вперед), из ра	зных исходных положе	ний и с разным	положением рук.						
	Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворо	отами вправо и	влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в						
		та; запрыгивание на гор								
	Броски: большого ма	роски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.								
	Метание: малого мя			гоя на месте, в вертикальную цель, в стену						
		Бег: равномерный бег	с последующим	и ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты						
		шагов.								
		-	•	ения стоя и сидя из-за головы.						
		Метание малого мяча і								
		-	с поворотом на	90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого						
		разбега; со скакалкой		_						
		Прь		высоту с прямого разбега, согнув ноги						
				Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».						
			Низкий старт.							
			Стартовое ускорение.							
П		П	· ਜ	Финиширование.						
Лыжные		-	· ·	ки под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»;						
подготовка	1 -	1.0		нне с лыжами. Передвижения на лыжах ступающим и скользящим						
	Торможение падение	- ·	ге. Спуски в с	основной стойке. Подъемы ступающим и скользящим шагом.						
	Торможение падение		nyov: Hollopovo	нный двухшажный ход. Спуски в основной стойке. Подъем						
		«лесенкой». Торможен		нный двухшажный ход. Спуски в основной стоике. Подъем						
			едвижения на	лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование						
				двухшажного с попеременным двухшажным. Поворот						
			еступанием.	двульнального с попеременным двульнальны гговорот						
		Перс		Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход;						
				чередование изученных ходов во время передвижения по						
				дистанции.						
Подвижные	На материале разд	ела «Гимнастика с осі	новами акроба	тики»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов»,						
игры				», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди						
_				с использованием строевых упражнений типа: «Становись —						
	разойдись», «Смена в		<u>.</u>							
-	· -									

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

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».

На материале раздела «Спортивные игры»: Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача». Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

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

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка». На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры»: Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне». Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

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

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Быстрый лыжник», «За мной». **На материале спортивных игр**: Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и

		вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись»,
		«Передай мяч головой». Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с
		двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача
		мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в
		кольцо», «Гонка баскетбольных мячей». Волейбол: прием мяча снизу двумя руками;
		передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные
		игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».
		На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:
		задания на координацию движений типа: «Веселые задачи»,
		«Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц
		звеньев тела). На материале раздела «Легкая атлетика»:
		«Подвижная цель». На материале раздела «Лыжные гонки»: «Куда
		укатишься за два шага».
		На материале раздела «Плавание»: «Торпеды», «Гонка лодок»,
		«Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка
		катеров».
		На материале спортивных игр: Футбол: эстафеты с ведением
		мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным
		правилам («Мини-футбол»). Баскетбол: бросок мяча двумя
		руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух
		шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра
		в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).
		Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками
		сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным
		подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо,
		вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком,
		игра в «Пионербол»
ОРУ	Общеразвивающие физические упраж	нения на развитие основных физических качеств.

4.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тематического планирования 1 класс Приложение 1

Тематического планирования 2 класс Приложение 2

Тематического планирования 3 класс Приложение 3

Тематического планирования 4 класс Приложение 4

5.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебно-тематический план 1-4 классов

Разделы программы	1 класс 2 класс 3 класс 4 класс					
Знания о физической культуре (История физической культуры. Физическая культура и спорт в современном обществе. Базовые понятия физической культуры. Физическая культура человека.)	В процессе урока					
Организация и проведение занятий физической культурой Оценка эффективности занятий физической культурой	В процессе урока					
Легкая атлетика	27	30	30	30		
Гимнастика с основами акробатики	24	24	24	24		
Лыжные подготовка	16	16	16	16		
Подвижные игры	32 32 32 32					
Всего часов	99 102 102 102					

Учебно-тематический план 1 класса

п/	Вид программного	Кол-во		1	2	3	3		4
$N_{\underline{0}}$	материала	часов	четн	верть	четверть	четв	ерть	четі	верть
1	Основы знаний				В процес	ce ypc	ка		
2	Легкая атлетика и кроссовая подготовка	27	7 12						15
3	Подвижные игры с элементами спортивных игр	32	32 12				11	9	
4	Гимнастика с элементами акробатики	24			24				
5	Лыжная подготовка	16	16			16			
	Всего часов:	99	99 24		24	2	7	2	24

Учебно-тематический план 2-4 классов

п/	Вид программного	Кол-во	1	2	3	4
$N_{\underline{0}}$	материала	часов	четверть	четверть	четверть	четверть
1	Основы знаний			В процес	ссе урока	

2	Легкая атлетика и кроссовая подготовка	30	15						15
3	Подвижные игры с элементами спортивных игр	32		9			14	9	
4	Гимнастика с элементами акробатики	24			24				
5	Лыжная подготовка	16				16			
	Всего часов:	102	2	24	24	3	0	2	24

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 1 класс

№ пп	Дата прове	Тема, содержание урока	Тип урока	Цели и задачи урока	Планируемые результаты			
	ия П	Φ			Предметные	Личностные	Метапредметные	
				I четвер				
				Легкая атлетика и крос	ссовая подготовка			
1		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Ходьба и медленный бег. О.Р.У.	Вводный	Познакомить с правилами поведения в спортивном зале и на уроке; учить слушать и выполнять команды	Научится: выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; соблюдать правила поведения в спортивном зале; выполнять простейший комплекс ОРУ	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники	
2		Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Игровой	Учить выполнять команды: «Смирно», «Равняйсь»; построение в шеренгу по одному; учить бегу 30 м.	Научится: выполнять команды: «Смирно», «Равняйсь»; Бегать по дистанции. Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; Бегать по дистанции 30 м. Знать: правила игры;	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	
3		Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Игровой	Совершенствование техники бега на 30 метров. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу;Бегать по дистанции 30 м. Знать: правила игры;	нравственных нормах.	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие,	
4		Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжки в длину с места. Подтягивания.	Игровой	Обучение технике прыжков в длину с места. Обучение технике подтягивания.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; Научится: прыжкам в длину с места;	Развитие этических чувств, доброжелательности и	сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной	

	Подвижная игра с			подтягиваться в	эмоционально-	полнотой и точностью
	элементами легкой атлетики.			положение вис на перекладине. Знать: правила игры;	нравственной отзывчивости,	выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение
5	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжки в длину с места. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Игровой	Совершенствование техники прыжков в длину с места. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; выполнять прыжки в длину с места. Знать: правила игры;	понимания и сопереживания чувствам других людей.	специальной терминологией. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,
6	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжки в длину с места. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Игровой	Совершенствование техники прыжков в длину с места. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; выполнять прыжки в длину с места. Знать: правила игры;	Формирование эстетических	сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и
7	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Метания мяча. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Игровой	Обучение технике метания мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; Научится: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; технике метания мяча.	потребностей, ценностей и чувств.	анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
8	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Метания мяча. Подтягивания. Челночный бег 3х10.	Комбини- рованный	Совершенствование техники метания мяча. Совершенствование техники подтягивания.	Знать: правила игры; Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; метать мяч; подтягиваться в положение вис на перекладине	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности,	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
9	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Метания мяча. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Игровой	Совершенствование техники метания мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; метать мяч; Знать: правила игры;	трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту
10	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжки	Игровой	Обучение технике прыжков через скакалку.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу;		движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и

11	через скакалку. Подвижная игра с элементами легкой атлетики. Строевые упражнения.	Игровой	Способствовать развитию физических качеств в игре. Совершенствование	Научится: прыгать через скакалку. Знать: правила игры; Уметь: выполнять		передвижениях человека.
	Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжки через скакалку. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	•	техники прыжков через скакалку. Способствовать развитию физических качеств в игре.	простейший комплекс ОРУ по образцу; прыгать через скакалку. Знать: правила игры;		
12	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжки через скакалку. Подтягивания. Челночный бег 3х10.	Комбини- рованный	Совершенствование техники прыжков через скакалку. Совершенствование техники подтягивания.	Уметь: выполнять простейший комплекс ОРУ по образцу; прыгать через скакалку; подтягиваться в положение вис на перекладине		
10		l n	Подвижные игры с элемен			
13	Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по подвижным играм.	Знать: правила поведения на уроке по подвижным играм. Уметь: выполнять комплекс ОРУ. Знать: правила игры;	Формирование навыка	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
14	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Передачи и ловли мяча на месте. Подвижная игра «Волки во рву».	Игровой	Обучение технике передачи и ловли мяча на месте. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ. Научится: технике передачи и ловли. мяча на месте. Знать: правила игры;	систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного
15	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Передачи и ловли мяча на месте. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча на месте	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча на месте. Знать: правила игры;	нагрузок. Развитие	взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки
16	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Передачи и ловли мяча на месте. Подвижная игра «Волки во рву».	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча на месте. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча на месте. Знать: правила игры;	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие,

					основе представлений о	сдержанность,
17	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	Игровой	Обучение технике ведения мяча на месте. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Научится: технике ведения мяча на месте. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры;	нравственных нормах. Развитие этических	рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение
18	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте. Подвижная игра «Волки во рву».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча на месте. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять ведение мяча на месте; выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры;	чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной	специальной терминологией. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом
19	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча на месте. Способствовать развитию физических качеств в эстафете	Уметь: выполнять ведение мяча на месте; выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры;	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в
20	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Поднимание туловища — 30 сек. Подвижная игра «Попади в мяч».	Игровой	Развитие силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: подтягиваться в положение вис на перекладине; Знать: правила игры;	Формирование эстетических	соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе
21	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Эстафеты. Подвижная игра «Попади в мяч».	Игровой	Развитие физических качеств в игре, в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры;	потребностей, ценностей и чувств.	освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из
22	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Поднимание туловища – 30 сек. Подвижная игра «Попади в мяч».	Игровой	Развитие силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: подтягиваться в положение вис на перекладине; Знать: правила игры;		базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность,
23	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Эстафеты. Подвижная игра «Мяч на полу».	Игровой	Развитие физических качеств в игре, в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры;		распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и
24	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Поднимание	Игровой	Развитие силовых качеств, способствовать развитию физических	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; подтягиваться в		обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.

	туловища – 30 сек. Подвижная игра «Мяч на полу».		качеств в игре.	положение вис на перекладине; Знать: правила игры;							
	II четверть										
25	Гимнастика с элементами акробатики										
25	ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Группировка присев, сидя, лёжа. Прыжки через скакалку.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике, обучение технике группировки, развитие скоростно-силовых качеств.	Знать: правила поведения на уроке по гимнастике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научится: выполнять группировку присев, сидя, лёжа.		Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений					
26	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Группировка присев, сидя, лёжа. Прыжки через скакалку.	Комбини- рованный	Совершенствование техники группировки, развитие скоростносиловых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; группировку присев, сидя, лёжа; прыгать через скакалку;	Формирование навыка систематического	связанных с выполнением организующих упражнений.					
27	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Группировка присев, сидя, лёжа.	Комбини- рованный	Совершенствование техники группировки. Обучение технике выполнения акробатических упражнений.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; группировку присев, сидя, лёжа; Научится: технике выполнения акробатических упражнений.	наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Осмысление техники выполнения разучиваемых акробатических комбинаций и упражнений.					
28	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку.	Комбини- рованный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений, развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполненять акробатические упражнения.		Осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать)					
29	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Лазание по гимнастической стенке.	Комбини- рованный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений, обучение технике лазания по гимнастической стенке.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполненять акробатические упражнения. Научится: технике лазания по гимнастической стенке.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	при выполнении акробатических,					
30	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать							

	Лазание по		гимнастической стенке,	по гимнастической	эмоционально-	упражнений, комбинаций.
	гимнастической стенке.		развитие скоростно-	стенке.		
	Прыжки через скакалку.		силовых качеств.		нравственной	
31	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать	отзывчивости,	Коммуникативные:
	Лазание по гимнастической стенке.		гимнастической стенке. Выполнить упражнения	по гимнастической стенке.	понимания и	Формирование способов
	Упражнения в равновесии.		в равновесии.	Научится: выполнить упражнения в	сопереживания чувствам	позитивного
32	Строевые упражнения.	Комбини-	Выполнить упражнения	равновесии. Уметь: выполнять		взаимодействия со
	Медленный бег. О.Р.У. Упражнения в	рованный	в равновесии, развитие силы.	комплекс ОРУ; выполнить		сверстниками в парах и
	равновесии. Подтягивания.			упражнения в равновесии.		группах при разучивании
33	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения в равновесии. Лазание по наклонной скамейке.	Комбини- рованный	Выполнить упражнения в равновесии, обучение технике лазания по наклонной гимнастической скамье.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения в равновесии.		акробатических упражнений.
				Научится: техники лазания по наклонной гимнастической	Формирование	
				скамье.	эстетических	Умение объяснять ошибки
34	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазание по наклонной	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по наклонной	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать по наклонной	потребностей, ценностей	при выполнении
	скамейке. Подтягивания.		гимнастической скамье. Развитие силы.	гимнастической скамье.	и чувств.	упражнений.
35	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазание по наклонной скамейке. Лазанье по	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по наклонной гимнастической скамье,	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать по наклонной гимнастической		Регулятивные: Формирование умения
	канату произвольным способом.		обучение технике лазания по канату.	скамье. Научится: технике лазания по канату.		выполнять задание в
36	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по канату, развитие силы.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать по канату.	Формирование и	соответствии с поставленной целью.
	произвольным способом. Подтягивания.			,	проявление	
37	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по канату, развитие	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать по канату.	положительных качеств	Способы организации

	произвольным способом.		гибкости.	Научится: выполнять	личности,	рабочего места.
	Упражнение на			упражнения на		
	гибкость.			гибкость.	дисциплинированности,	
38	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбини- рованный	Совершенствование техники группировки,	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	трудолюбия и упорства в	Формирование умения
	Группировка присев, сидя, лёжа. Упражнение		развитие гибкости.	Группировку присев, сидя, лёжа;	достижении	понимать причины
	на гибкость.			упражнения на гибкость.	поставленной цели.	успеха/неуспеха учебной
39	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбини- рованный	Совершенствование техники выполнения	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		деятельности и
	Акробатические упражнения.		акробатических упражнений, развитие	выполненять акробатические		способности конструктивно
	Упражнение на гибкость.		гибкости.	упражнения; упражнения на		действовать даже в
				гибкость.		ситуациях неуспеха.
40	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать		ситуациях пеуспеха.
	Лазание по гимнастической стенке.		гимнастической стенке, развитие скоростно-	по гимнастической стенке; прыгать через		Формирование умения
41	Прыжки через скакалку.	Комбини-	силовых качеств.	скакалку. Уметь: выполнять	-	нионивороти
41	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	рованный	Выполнить упражнения в равновесии, развитие	комплекс ОРУ;		планировать,
	Упражнения в	рованный	силы.	выполнить		контролировать и оценивать
	равновесии.			упражнения в		
	Подтягивания.			равновесии;		учебные действия в
				выполнять		
				подтягивания.		соответствии с
42	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; лазать		поставленной задачей и
	Лазание по наклонной скамейке. Упражнение		наклонной гимнастической скамье,	по наклонной гимнастической		условиями ее реализации;
	на гибкость.		развитие гибкости.	скамье; выполнять		условиями се реализации,
	па тиокость.		развитие тиокости.	упражнение на		определять наиболее
				гибкость.		
43	Строевые упражнения.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять	1	эффективные способы
	Медленный бег. О.Р.У.	рованный	техники выполнения	комплекс ОРУ;		
	Акробатические		акробатических	ВЫПОЛНЯТЬ		достижения результата.
	упражнения. Лазанье по		упражнений,	акробатические		
	канату произвольным		совершенствование	упражнения; лазать		
	способом.		техники лазания по	по канату.		Овладение логическими
44	Строевые упражнения.	Комбини-	канату. Совершенствование	Уметь: выполнять	-	
'1' 	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	рованный	-	уметь: выполнять комплекс ОРУ;		
	тиедленный ост. О.г.у.	рованныи	техники группировки,	KOMIDIEKC OF Y,		

действиями сравнения,
анализа, синтеза,
обобщения, классификации
по родовым признакам,
установления аналогий и
причинно-следственных
связей, построения
рассуждений, отнесения к
известным понятиям.
Познавательные:
навыка смысление, объяснение
своего двигательного опыта.
0
Осознание важности
освоения универсальных

			безопасного падения.	технике безопасного	наблюдения за своим	умений связанных с
70		70. 6		падения.		выполнением упражнений.
50	Передвижение на лыжах	Комбини-	Совершенствование	Уметь: передвигаться	физическим состоянием,	Осмысление техники
	без палок. Посадка	рованный	техники передвижения	на лыжах (без палок);		выполнения разучиваемых
	лыжника.		на лыжах (без палок),	Научится: технике	величиной физических	заданий и упражнений.
			обучение технике	посадки лыжника.	Harman	Sugarini ii yiipuniiisiiiiii
51	П	Комбини-	посадки лыжника.	V	нагрузок.	Коммуникативные:
31	Передвижение на лыжах без палок. Ступающий		Совершенствование	Уметь: передвигаться на лыжах (без палок);		Формирование способов
	шаг(без палок).	рованный	техники передвижения на лыжах (без палок),	Научится: технике		позитивного
	шаг (без палок).		обучение технике	ступающего шага (без		взаимодействия со
			ступающего шага (без	палок).		сверстниками в парах и
			палок).	палок).		группах при разучивании
52	Посадка лыжника.	Комбини-	Совершенствование	Знать: технику	Развитие	упражнений.
	Ступающий шаг(без	рованный	техники посадки	посадки лыжника.		
	палок).		лыжника.	Уметь: передвигаться	самостоятельности и	Умение объяснять ошибки
			Совершенствование	ступающим шагом		при выполнении
			техники ступающего	(без палок).	личной ответственности	упражнений.
			шага (без палок).			37
53	Ступающий шаг(без	Комбини-	Совершенствование	Уметь: передвигаться	за свои поступки на	Умение управлять
	палок). Повороты	рованный	техники ступающего	ступающим шагом		эмоциями при общении со
	переступанием.		шага (без палок).	(без палок).	основе представлений о	сверстниками и взрослыми,
			Обучение технике	Научится: технике		сохранять хладнокровие,
			поворотов	поворотов	нравственных нормах.	сдержанность,
			переступанием.	переступанием.		рассудительность.
54	Безопасное падение на	Комбини-	Совершенствование	Уметь: применять		Умение с достаточной
	лыжах. Повороты	рованный	техники безопасного	технику безопасного		полнотой и точностью
	переступанием.		падения,	падения; выполнять		выражать свои мысли в
			совершенствование	повороты		соответствии с задачами
			техники поворотов	переступанием.	, n	урока, владение
55	П	Ιζζ	переступанием.	V	Развитие этических	специальной
55	Повороты	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять		терминологией.
	переступанием. Скользящий шаг (без	рованный	техники поворотов переступанием,	повороты переступанием.	чувств,	
	палок).		обучение технике	Научится: технике	доброжелательности и	Регулятивные: Умение
	палоку.		скользящего шага (без	скользящего шага (без	доброжелательности и	организовать
			палок).	палок).	эмоционально-	самостоятельную
56	Скользящий шаг (без	Комбини-	/	/	эмоционально-	деятельность с учетом
30			*		нравственной	
		Рованный	•	'	inpuberment .	
	oronic.				отзывчивости.	1
			on joka B miskon cronke.		a real mass in the second	мест занятии.
57	Скользяший шаг (без	Комбини-	Совершенствование		понимания и	Умение характеризовать,
-			*	•		выполнять задание в
57	Скользящий шаг (без палок). Спуск в низкой стойке. Скользящий шаг (без палок). Движения	Комбини- рованный Комбини- рованный	Совершенствование техники скользящего шага, обучение технике спуска в низкой стойке. Совершенствование техники скользящего	Уметь: передвигаться скользящим шагом. Научится: технике спуска в низкой стойке. Уметь: передвигаться скользящим шагом.	нравственной отзывчивости, понимания и	

	руками во время		шага, обучение технике	Научится: технике	сопереживания чувствам	соответствии с целью и
	скольжения.		движения рук при	движения рук при		анализировать технику
			скольжении.	скольжении.	других людей.	выполнения упражнений,
58	Движения руками во	Комбини-	Совершенствование	Уметь: применять		давать объективную оценку
	время скольжения.	рованный	техники движения рук	технику движения рук		технике выполнения
	Скользящий шаг (с	Pobambin	при скольжении,	при скольжении;		упражнений на основе
	палками).		обучение технике	Научится: технике		освоенных знаний и
			скользящего шага (с	скользящего шага (с		имеющегося опыта.
			палками).	палками).		·
59	Движения руками во	Комбини-	Совершенствование	Уметь: применять	Формирование	Умение технически
	время скольжения.	рованный	техники движения рук	технику движения рук		правильно выполнять
	Скользящий шаг (с	1	при скольжении,	при скольжении;	эстетических	двигательные действия из
	палками).		совершенствование	передвигаться		базовых видов спорта,
	, in the second of the second		техники скользящего	скользящим шагом (с	потребностей, ценностей	использовать их в игровой и
			шага (с палками).	палками).	1	соревновательной
60	Скользящий шаг (с	Комбини-	Совершенствование	Уметь: передвигаться	и чувств.	деятельности.
	палками). Ступающий	рованный	техники скользящего	скользящим шагом (с		Умение планировать
	шаг (с палками).		шага (с палками),	палками).		1 1
			обучение технике	Научится: технике		собственную деятельность,
			ступающего шага (с	ступающего шага (с		распределять нагрузку и отдых в процессе ее
			палками).	палками).		отдых в процессе ее выполнения.
61	Посадка лыжника.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: применять		выполнения.
	Ступающий шаг (с	рованный	техники посадки	технику посадки	Формирование и	
	палками).		лыжника,	лыжника;		
			совершенствование	передвигаться	проявление	
			техники ступающего	ступающим шагом (с		
			шага (с палками).	палками).	положительных качеств	
62	Ступающий шаг (с	Комбини-	Совершенствование	Уметь: передвигаться		
	палками). Подъём	рованный	техники ступающего	ступающим шагом (с	личности,	
	ступающим шагом.		шага (с палками),	палками). Научится:		
			обучение технике	технике подъема	дисциплинированности,	
			подъема ступающим	ступающим шагом.		
			шагом.		трудолюбия и упорства в	
63	Спуск в низкой стойке.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: спускаться с		
	Подъём ступающим	рованный	техники спусков в	гор в низкой стойке;	достижении	
	шагом.		низкой стойке,	подниматься в гору		
			совершенствование	ступающим шагом.	поставленной цели.	
			техники подъема			
		1	ступающим шагом.			
64	Спуск в низкой стойке.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: спускаться с		
	Подъём ступающим	рованный	техники спусков в	гор в низкой стойке;		
	шагом.		низкой стойке,	подниматься в гору		
			совершенствование	ступающим шагом.		
			техники подъема			

			ступающим шагом.			
			Подвижные игры с элемен			
65	Т.Б. на уроке по подвижным игра. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафеты.	Игровой	Повторить технику безопасности на уроках по подвижным играм. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм; правила игры. Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	Формирование навыка систематического наблюдения за своим	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники
66	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведения мяча в шаге. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Игровой	Обучение технике ведения мяча в шаге, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научится: технике ведения мяча в шаге. Знать: правила игры.	физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и
67	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведения мяча в шаге. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча в шаге, способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять ведение мяча в шаге. Знать: правила игры.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со
68	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведения мяча в шаге. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча в шаге, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять ведение мяча в шаге. Знать: правила игры.	основе представлений о нравственных нормах.	сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в
69	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок мяча 1кг. Эстафеты.	Игровой	Развитие силы, способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.
70	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок мяча 1кг. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Игровой	Развитие силы, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры.	нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения
71	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок и ловля руками от груди. Эстафеты.	Игровой	Обучение технике бросков и ловли мяча от груди, способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научится: технике бросков и ловли мяча от груди. Знать: правила игры.	Формирование эстетических потребностей, ценностей	

72	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок и ловля руками от груди. Подвижная игра «Мяч на полу».	Игровой	Совершенствование техники бросков и ловли мяча от груди, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски и ловить мяч от груди. Знать: правила игры.	и чувств. Формирование и проявление положительных качеств	упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и
73	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок и ловля руками от груди. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники бросков и ловли мяча от груди, способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски и ловить мяч от груди. Знать: правила игры.	личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
74	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок мяча 1кг. Эстафеты.	Игровой	Развитие силы, способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры.		Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
75	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Поднимание туловища — 30 сек. Подвижная игра «Мяч на полу».	Игровой	Развитие скоростно- силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры.		
			IV четве	1		
7.		l tr	Подвижные игры с элемен			-
76	Т.Б. на уроке по подвижным игра. Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Подвижная игра «Волки во рву».	Игровой	Повторить технику безопасности на уроках по подвижным играм. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники
77	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Ведения мяча в шаге. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча в шаге, способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять ведение мяча в шаге. Знать: правила игры.	Развитие	выполнения разучиваемых заланий и уппажнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и
78	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Ведения мяча в шаге. Подвижная игра «Волки во рву».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча в шаге, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять ведение мяча в шаге. Знать: правила игры.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять
79	Строевые упражнения. Ходьба и медленный	Игровой	Совершенствование техники бросков и	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,

	бег. О.Р.У. Бросок и		ловли мяча от груди,	выполнять броски и		сохранять хладнокровие,
	ловля руками от груди.		способствовать	ловить мяч от груди.		сдержанность,
	Эстафеты.		развитию физических	Знать: правила игры.	Развитие этических	рассудительность. Умение с достаточной
	o stapers.		качеств в эстафете.	onwise newsiara in par	чувств,	полнотой и точностью
80	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	доброжелательности и	выражать свои мысли в
	Ходьба и медленный	r	техники бросков и	комплекс ОРУ;	эмоционально-	соответствии с задачами
	бег. О.Р.У. Бросок и		ловли мяча от груди,	выполнять броски и	нравственной	урока, владение специальной
	ловля руками от груди.		способствовать	ловить мяч от груди.	отзывчивости,	терминологией.
	Подвижная игра		развитию физических	Знать: правила игры.	понимания и	Регулятивные: Умение
	«Попади в мяч».		качеств в игре.		сопереживания чувствам	организовать самостоятельную
81		Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	других людей.	деятельность с учетом
	Ходьба и медленный	1	техники ведения мяча в	комплекс ОРУ;		требований ее безопасности,
	бег. О.Р.У. Ведения мяча		шаге, способствовать	Выполнять ведение		сохранности инвентаря и
	в шаге. Эстафеты.		развитию физических	мяча в шаге. Знать:	Формирование	оборудования, организации мест занятий.
	1		качеств в эстафете.	правила игры.	эстетических	Умение характеризовать,
			1		потребностей, ценностей	выполнять задание в
82	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	и чувств.	соответствии с целью и анализировать технику
	Ходьба и медленный	1	техники бросков и	комплекс ОРУ;	и туветв.	выполнения упражнений,
	бег. О.Р.У. Бросок и		ловли мяча от груди,	Выполнять ведение		давать объективную оценку
	ловля руками от груди.		способствовать	мяча в шаге. Знать:	Формирование и	технике выполнения упражнений на основе
	Подвижная игра		развитию физических	правила игры.	проявление	освоенных знаний и
	«Попади в мяч».		качеств в игре.		положительных качеств	имеющегося опыта.
			1		личности,	Умение технически
83	Строевые упражнения.	Игровой	Развитие силы,	Уметь: выполнять	дисциплинированности,	правильно выполнять двигательные действия из
	Ходьба и медленный	-	способствовать	комплекс ОРУ; Знать:	трудолюбия и упорства в	базовых видов спорта,
	бег. О.Р.У. Бросок мяча		развитию физических	правила игры.	достижении	использовать их в игровой и
	1кг. Эстафеты.		качеств в эстафете.		поставленной цели.	соревновательной деятельности.
			-			Умение планировать
84	Строевые упражнения.	Игровой	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять		собственную деятельность,
	Ходьба и медленный		силовых качеств,	комплекс ОРУ; Знать:		распределять нагрузку и отдых в процессе ее
	бег. О.Р.У. Поднимание		способствовать	правила игры.		выполнения.
	туловища – 30 сек.		развитию физических			Умение видеть красоту
	Подвижная игра		качеств в игре.			движений, выделять и
	«Попади в мяч».					обосновывать эстетические признаки в движениях и
						передвижениях человека.
			Легкая атлетика и крос	совая подготовка		
85		Комбини-	Повторить технику	Уметь: выполнять		
		рованный	безопасности на уроках	комплекс ОРУ; бегать		Познавательные:
	упражнения. Ходьба и		по легкой атлетике.	30 метров с высокого	-	Осмысление, объяснение
	медленный бег. О.Р.У.		Совершенствование	старта. Знать: правила	Формирование навыка	своего двигательного опыта.
	Высокий старт. Бег 30 м.		техники бега на 30	игры.	систематического	Осознание важности
	Подвижная игра с		метров высокого		наблюдения за своим	
	элементами легкой		старта. Способствовать		физическим состоянием,	освоения универсальных умений связанных с
	атлетики.		развитию физических		величиной физических	умении связанных с

			качеств в игре.		нагрузок.	выполнением упражнений.
86	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбини- рованный	Обучение технике прыжка в длину с разбега, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике прыжка в длину с разбега. Знать: правила игры.	Развитие самостоятельности и	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов позитивного
87	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Метания мяча. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбини- рованный	Совершенствование техники метания мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; метать мяч. Знать: правила игры.	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.
88	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбини- рованный	Совершенствование техники бега на 30 метров. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров. Знать: правила игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со
89	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбини- рованный	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; прыгать в длину с разбега. Знать: правила игры.	доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью
90	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Метания мяча. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбини- рованный	Совершенствование техники метания мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; метать мяч. Знать: правила игры.	Формирование эстетических	выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Регулятивные: Умение
91	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 1000 м.	Комбини- рованный	Совершенствование техники бега с высокого старта, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта.	потребностей, ценностей и чувств.	организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,
92	Строевые упражнения. Ходьба и медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Подвижная игра с элементами легкой атлетики. Строевые упражнения.	Комбини- рованный Комбини-	Совершенствование техники бега на 30 метров. Способствовать развитию физических качеств в игре. Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров. Знать: правила игры. Уметь: выполнять	Формирование и проявление положительных качеств	сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и

	,	1	Г	_	T		I
		Ходьба и медленный	рованный	техники метания мяча.	комплекс ОРУ; метать	личности,	анализировать технику
		бег. О.Р.У. Метания		Способствовать	мяч. Знать: правила	дисциплинированности,	выполнения упражнений,
		мяча. Подвижная игра с		развитию физических	игры.	трудолюбия и упорства в	давать объективную оценку
		элементами легкой		качеств в игре.		достижении	технике выполнения
		атлетики.				поставленной цели.	упражнений на основе
94		Строевые упражнения.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять		освоенных знаний и
		Ходьба и медленный	рованный	техники прыжка в	комплекс ОРУ;		имеющегося опыта.
		бег. О.Р.У. Прыжок в		длину с разбега,	прыгать в длину с		37
		длину с разбега.		способствовать	разбега. Знать:		Умение технически
		Подвижная игра с		развитию физических	правила игры.		правильно выполнять
		элементами легкой		качеств в игре.			двигательные действия из
		атлетики.					базовых видов спорта,
95		Строевые упражнения.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять		использовать их в игровой и
		Ходьба и медленный	рованный	техники бега с	комплекс ОРУ; бегать		соревновательной
		бег. О.Р.У. Высокий		высокого старта,	с высокого старта.		деятельности.
		старт. Бег 1000 м.		развитие выносливости.			Умение планировать
96		Строевые упражнения.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять		Умение планировать собственную деятельность,
		Ходьба и медленный	рованный	техники бега на 30	комплекс ОРУ;		
		бег. О.Р.У. Бег 30 м.		метров,	бегать 30 метров.		распределять нагрузку и
		Метания мяча.		совершенствование	_		отдых в процессе ее выполнения.
				техники метения мяча.			выполнения.
97		Строевые упражнения.	Комбини-	Способствовать	Уметь: выполнять		Умение видеть красоту
		Ходьба и медленный	рованный	развитию физических	комплекс ОРУ; Знать:		движений, выделять и
		бег. О.Р.У. Подвижная		качеств в игре.	правила игры.		обосновывать эстетические
		игра с элементами					признаки в движениях и
		легкой атлетики.					передвижениях человека.
98		Строевые упражнения.	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять		
		Ходьба и медленный	рованный	техники прыжка в	комплекс ОРУ;		
		бег. О.Р.У. Прыжок в	1	длину с разбега,	прыгать в длину с		
		длину с разбега.		способствовать	разбега. Знать:		
		Подвижная игра с		развитию физических	правила игры.		
		элементами легкой		качеств в игре.			
		атлетики.					
99		Строевые упражнения.	Комбини-	Развитие	Уметь: выполнять		
		Ходьба и медленный	рованный	выносливости,	комплекс ОРУ; Знать:		
		бег. О.Р.У. Бег 1000 м.	•	способствовать	правила игры.		
		Подвижная игра с		развитию физических			
		элементами легкой		качеств в игре.			
		атлетики.		1			

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 2 класс

No॒	Дата	Тема, содержание	Тип урока	Цели и задачи урока		Планируемые результаты	
ПП	Пф	урока			Предметные	Личностные	Метапредметные
					I четверть		
				Легкая ат	петика и кроссовая подготовка		
1		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по легкой атлетике.	Знать: Правила поведения на уроке по легкой атлетике.		Познавательные: Осмысление,
		упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.		Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.		объяснение своего двигательного опыта.
2		Старт. Вег 30 м. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м.	Комбини- рованный	старта. Развитие выносливости, совершенствование техники бега на 30 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
3		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Прыжок в длину с места.	Комбини- рованный	Развитие выносливости, совершенствование техники прыжков в длину с места.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места.	физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
4		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Метание мяча на дальность. Многоскоки с	Комбини- рованный	Обучение технике метание мяча на дальность, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике метание мяча на дальность.		Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах
5		ноги на ногу. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4 мин. Метание мяча на дальность.	Комбини- рованный	Развитие выносливости, совершенствование техники метания мяча на дальность.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за	при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
6		Строевые упражнения.	Комбини- рованный	Развитие выносливости,	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; прыгать в длину с	свои поступки на основе	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,

	Медленный бег.		совершенствование	разбега.	представлений о	Умение управлять эмоциями
	О.Р.У. Многоскоки с ноги на ногу.		техники прыжков в длину с разбега.		нравственных нормах.	при общении со сверстниками и
	Прыжок в длину с разбега.					взрослыми, сохранять
7	Строевые	Комбини-	Учёт техники бега с	Уметь: выполнять комплекс		хладнокровие, сдержанность,
	упражнения.	рованный	высокого старта на 30	ОРУ; бегать с высокого старта		рассудительность.
	Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4		метров	30 метров.		
	мин. Бег 30 м.					Умение с достаточной
8	Строевые	Комбини-	Учет техники прыжков	Уметь: выполнять комплекс	Развитие этических	полнотой и точностью
	упражнения. Медленный бег.	рованный	в длину с места, совершенствование	ОРУ; выполнять прыжков в длину с места выполнять		выражать свои мысли в
	О.Р.У. Прыжок в		техники метания мяча	метание мяча на дальность.	чувств,	соответствии с задачами урока,
	длину с места.		на дальность.		доброжелательности и	владение специальной
	Метание мяча на дальность.					терминологией.
9	Строевые	Комбини-	Развитие	Уметь: выполнять комплекс	- эмоционально-	-
	упражнения.	рованный	выносливости,	ОРУ; выполнять прыжков в	нравственной	Регулятивные: Умение
	Медленный бег. О.Р.У. Многоскоки		совершенствование техники прыжков в	длину с разбега.		организовать самостоятельную
	с ноги на ногу.		длину с разбега.		отзывчивости, понимания	деятельность с учетом
	Прыжок в длину с				и сопереживания чувствам	требований ее безопасности,
10	разбега. Строевые	Комбини-	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс	других людей.	сохранности инвентаря и
10	упражнения.	рованный	силовых качеств, учет	ОРУ;	других людеи.	оборудования, организации
	Медленный бег.		бега на выносливость.	Научиться: выполнять силовые		
	О.Р.У. Наклон вперед из			упражнения.		мест занятий.
	положения сед на					Умение характеризовать,
	полу; сгибание и разгибание рук в					выполнять задание в
	упоре лежа. Бег на					соответствии с целью и
	500 м.				Формирование	анализировать технику
11	Строевые упражнения.	Комбини- рованный	Развитие выносливости, учет	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в	эстетических	
	упражнения. Медленный бег.	рованный	техники прыжков в	длину с разбега.		выполнения упражнений,
	О.Р.У. Бег до 4		длину с разбега.	1	потребностей, ценностей и	давать объективную оценку
	мин. Прыжок в длину с разбега.				чувств.	технике выполнения
12	Строевые	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс		упражнений на основе
	упражнения.	рованный	техники прыжков в	ОРУ; выполнять прыжков в		освоенных знаний и
	Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в		длину с места, учет техники метания мяча	длину с места; выполнять метания мяча на дальность.		
	O.I.J. HPBIMOR B	<u> </u>	телинки метанил мича	мотания мя на на дальность.		

	длину с места. Метание мяча на		на дальность.			имеющегося опыта.
13	дальность. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Многоскоки с ноги на ногу.	Комбини- рованный	Учет техники бега на 30 метров, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.	Формирование и проявление положительных качеств личности,	Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной
14	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра с элементами легкой	Комбини- рованный	Развитие скоростно- силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и
15	атлетики. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м.	Комбини- рованный	Учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Уметь: Бегать на средние дистанции.		обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
			Попримине и	ры с элементами спортивных игр		
16	Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по подвижным играм. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Знать: Правила поведения на уроке по подвижным играм. Уметь: выполнять комплекс ОРУ. Знать: правила игры;	Формирование навыка	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения
17	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать: правила игры;	систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные:Формирован

		«Попади в мяч».					ие способов позитивного
18		Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс		взаимодействия со
		упражнения.	-	техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и		сверстниками в парах и группах
		Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча. Знать: правила		при разучивании
		О.Р.У. Ловля мяча		Способствовать	игры;	D	
		отскочившего от		развитию физических	-	Развитие	Упражнений.
		пола. Ловля и		качеств в эстафете.		самостоятельности и	Умение объяснять ошибки при
		передача мяча в движении.				личной ответственности за	выполнении упражнений.
		Эстафета.				свои поступки на основе	Умение управлять эмоциями
19		Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	представлений о	при общении со сверстниками и
		упражнения.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и	представлении о	взрослыми, сохранять
		Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча. Знать: правила	нравственных нормах.	хладнокровие, сдержанность,
		О.Р.У. Удары мяча		Способствовать	игры;		рассудительность.
		о пол и ловля его		развитию физических			Facey
		одной рукой.		качеств в игре.			Умение с достаточной
		Передача и ловля					полнотой и точностью
		мяча на месте в					выражать свои мысли в
		парах. Подвижная				D	соответствии с задачами урока,
		игра «Попади в				Развитие этических	владение специальной
		мяч».				чувств,	терминологией.
20		Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс		D V
		упражнения.		техники ловли мяча.	ОРУ; выполнять ловлю мяча.	доброжелательности и	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную
		Медленный бег.		Способствовать	Знать: правила игры;	эмоционально-	организовать самостоятельную деятельность с учетом
		О.Р.У.		развитию физических		нравственной	требований ее безопасности,
		Подбрасывание и		качеств в игре и		правственной	сохранности инвентаря и
		ловля мяча двумя руками. Эстафета.		эстафете.		отзывчивости, понимания	оборудования, организации
		руками. Эстафета. Подвижная игра				и сопереживания чувствам	мест занятий.
		подвижная игра «Попади в мяч».					
21		«попади в мяч». Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	других людей.	Умение характеризовать,
21		упражнения.	ип ровои	техники ловли мяча.	ОРУ; выполнять ловлю мяча.		выполнять задание в
		упражнения. Медленный бег.		Способствовать	Знать: правила игры;		соответствии с целью и
		О.Р.У. Ловля мяча		развитию физических	энать: правила игры,		анализировать технику
		отскочившего от		качеств в эстафете.			выполнения упражнений,
		пола. Удары мяча о		па тесть в эстафете.			давать объективную оценку
		пол и ловля его				Формирование	технике выполнения
		одной рукой.				1 1	упражнений на основе
		Эстафета				эстетических	освоенных знаний и
22		Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	потребностей, ценностей и	имеющегося опыта.
		упражнения.	1	техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и		Умение технически правильно
		Медленный бег.		ловли мяча. Обучение	ловлю мяча. Научиться:	чувств.	выполнять двигательные
		О.Р.У. Передача и		технике бросков мяча в	технике бросков мяча в		действия из базовых видов
		ловля мяча на		корзину.	корзину. Знать: правила игры;		денетый на осворых видов
				• •		•	

23	месте в парах. Забрасывание мяча в корзину. Подвижная игра «Метко в цель». Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Эстафета. Подвижная игра «Метко в цель». Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча	Игровой	Способствовать развитию физических качеств в игре. Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре и эстафете. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать	С выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать: правила игры; Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловлю мяча. Знать: правила игры;	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
	отскочившего от пола. Передача и ловля мяча на месте в парах. Эстафета		развитию физических качеств в эстафете.	Знать. правила игры,		
				II четверть		
		T -		ика с элементами акробатики		
25	ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке.	Вводный Комбини- рованный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике. Обучение технике выполнения акробатических упражнений. Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие ловкости.	Знать: Правила поведения на уроке по гимнастике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения акробатических упражнений. Уметь: выполнять прыжки через скакалку. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Ходить по гимнастической скамейке; Ползать по гимнастической скамейке.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,	Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений.
27	Строевые	Комбини-	Обучение технике	Уметь: выполнять комплекс		

	1	упражнения.	рованный	лазания по	ОРУ;	величиной физических	
		упражнения. Медленный бег.	рованный	гимнастической	Научиться: технике лазания по	величиной физических	
		О.Р.У. Упражнения		лестнице.	гимнастической лестнице.		
		на гимнастической				нагрузок.	
		лестнице. Лазанье					Осмысление техники
		по гимнастической					
		лестнице вверх,					
		вниз, влево,					выполнения разучиваемых
		вправо.					
28		Строевые	Комбини-	Развитие ловкости.	Уметь: выполнять комплекс		акробатических комбинаций и
		упражнения.	рованный	Совершенствование	ОРУ; выполнять лазанье по		акробатических комбинации и
		Медленный бег.		техники лазания по	канату произвольным		
		О.Р.У. Ползание по		канату произвольным	способом.		упражнений.
		гимнастической		способом.			
		скамейке. Лазанье					
		по канату					
		произвольным					
		способом.					
29		Строевые	Комбини-	Выполнить:	Уметь: выполнять комплекс		
		упражнения.	рованный	Упражнения на	ОРУ; выполнять Упражнения		
		Медленный бег.	Pesaminsii	гимнастической	на гимнастической лестнице.		
		О.Р.У. Упражнения		лестнице. Упражнения	Упражнения в равновесии.		Осмысление правил
		на гимнастической		в равновесии.			Осмысление правил
		лестнице. Ходьба		2 publication.			
		по гимнастической				Развитие этических	безопасности (что можно
		скамейке.					
30		Строевые	Комбини-	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс		HOHOTE II HTO OHOOMO HOHOTE) HOU
30		упражнения.	рованный	силовых качеств.	ОРУ; выполнять силовые	чувств,	делать и что опасно делать) при
		Медленный бег.	рованнын	Развитие силовых	упражнения.	,	
		О.Р.У. Прыжки		качеств.	упражнения.		выполнении акробатических,
		через скакалку.		Ra lee 1B.		доброжелательности и	
		Подтягивание в				,,F	FHMHOCTHHOCKEY VIIONOVII
		висе на					гимнастических упражнений,
		перекладине (м);				эмоционально-	
		Подтягивание в				,	комбинаций.
		висе лежа (д).					
31	+	Строевые	Комбини-	Развитие ловкости.	Уметь: выполнять комплекс	нравственной	
31		упражнения.	рованный	Совершенствование	ОРУ; выполнять лазания по	1	
		упражнения. Медленный бег.	Рованным	техники лазания по	канату произвольным		
		О.Р.У. Ползание по		канату произвольным	способом.	отзывчивости, понимания	
		гимнастической		способом.	спосооом.		
		скамейке. Лазанье		CHOCOOOM.			
		по канату					
		произвольным					

		способом.				и сопереживания чувствам	Коммуникативные:
32		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбини- рованный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упражнения; выполнять лазания по канату	других людей.	Формирование способов
		Акробатические упражнения.		Совершенствование техники лазания по	произвольным способом.		позитивного взаимодействия со
		Лазанье по гимнастической		гимнастической лестнице.			сверстниками в парах и группах
		лестнице вверх, вниз, влево, вправо.					при разучивании
33		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Ходьба по гимнастической	Комбини- рованный	Выполнить: Упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.		Акробатических упражнений.
		скамейке.					Умение объяснять ошибки при
34		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ходьба по гимнастической скамейке. Прыжки через скакалку.	Комбини- рованный	Выполнить упражнения в равновесии. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнить упражнения в равновесии; выполнять силовые упражнения.		выполнении упражнений.
35		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической	Комбини- рованный	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по гимнастической лестнице.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице.	Формирование	Регулятивные: Формирование
		скамейке. Лазанье по гимнастической лестнице вверх,				эстетических	умения выполнять задание в
		вниз, влево, вправо.				потребностей, ценностей и	соответствии с поставленной
36		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической лестнице. Лазанье по наклонной	Комбини- рованный	Упражнения на гимнастической лестнице. Обучение технике лазания по наклонной скамье с опорой на руки.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице. Научиться: технике лазанья по наклонной скамейке с опорой на руки.	чувств.	целью.

	скамейке с опорой					Способы организации рабочего
37	на руки. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Прыжки через скакалку.	Комбини- рованный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; технике лазания по наклонной скамье с опорой на руки.	Формирование и	места.
38	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки. Лазанье	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по наклонной скамье с опорой на руки. Совершенствование техники лазания по канату произвольным	Уметь: выполнять комплекс OPУ; Выполнять лазание по наклонной скамье с опорой на руки; выполнять лазания по канату произвольным способом.	проявление положительных качеств	Формирование умения понимать причины успеха
	по канату произвольным способом.		способом.		личности,	/неуспеха учебной деятельности и
39	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по гимнастической лестнице вверх,	Комбини- рованный	Совершенствование техники лазания по гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице. Упражнения в равновесии.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в	способности конструктивно дей ствовать даже в ситуациях
	вниз, влево, вправо. Упражнения на равновесие.				достижении поставленной	неуспеха.
40	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ползание по гимнастической	Комбини- рованный	Развитие ловкости. Совершенствование техники лазания по наклонной скамье с опорой на руки.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять лазание по наклонной скамье с опорой на руки.	цели.	
	скамейке. Лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки.					Формирование умения
41	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической	Комбини- рованный	Выполнить: Упражнения на гимнастической лестнице. Развитие силы.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по гимнастической лестнице.		планировать, контролировать и оценивать учебные действия в

	лестнице.					соответствии с поставленной
	Подтягивание,					
	лежа на наклонной					задачей и условиями ее
42	скамье. Строевые	Комбини-	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс	1	
72	упражнения.	рованный	силовых качеств.	ОРУ; выполнять прыжки		реализации; определять
	Медленный бег.	1	Выполнить:	через скакалку.		1 7 1 7
	О.Р.У. Прыжки		Упражнения в	Упражнения на равновесие		наиболее эффективные способы
	через скакалку.		равновесии.			наиоолее эффективные спосооы
	Упражнения на					
42	равновесие.	70 0	37	**		достижения результата.
43	Строевые	Комбини-	Учет освоения техники	Уметь: выполнять комплекс		
	упражнения. Медленный бег.	рованный	выполнения акробатических	ОРУ; выполнять акробатические упражнения.		
	О.Р.У.		упражнений.	Упражнения в равновесии.		
	Акробатические		Упражнения в	з пражнения в равновесии.		
	упражнения.		равновесии.			
	Ходьба по		1			
	гимнастической					
	скамейке.					Овладение логическими
44	Строевые	Комбини-	Выполнить:	Уметь: выполнять комплекс		
	упражнения.	рованный	Упражнения в	ОРУ; выполнять Упражнения в		действиями сравнения, анализа,
	Медленный бег. О.Р.У. Упражнения		равновесии. Развитие силовых качеств.	равновесии.		
	на равновесие.		силовых качеств.			синтеза, обобщения,
	Подтягивание,					синтеза, обобщения,
	лежа на наклонной					
	скамье.					классификации по родовым
45	Строевые	Комбини-	Учет освоения техники	Уметь: выполнять комплекс		
	упражнения.	рованный	лазания по	ОРУ;выполнять лазание по		признакам, установления
	Медленный бег.		гимнастической	гимнастической лестнице;		
	О.Р.У. Лазанье по		лестнице. Развитие	выполнять перелезание через		аналогий и причинно-
	гимнастической		ловкости.	стопку матов.		1
	лестнице вверх, вниз, влево,					следственных связей,
	вниз, влево, вправо.					следственных связен,
	Перелезание через					u.
	стопку матов.					построения рассуждений,
46	Строевые	Комбини-	Выполнить:	Уметь: выполнять комплекс		
	упражнения.	рованный	Упражнения на	ОРУ; выполнять лазание по		отнесения к известным
	Медленный бег.		гимнастической	гимнастической лестнице;		
	О.Р.У. Упражнения		лестнице. Развитие	выполнять перелезание через		
	на гимнастической		ловкости, силы.	стопку матов; выполнять		
	лестнице.			Подтягивание в висе.		

	Перелезание через стопку матов.					понятиям.
49	Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).	To a	D	N.		
47	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на равновесие. Подтягивание, лежа на наклонной скамье.	Комбини- рованный	Выполнить: Упражнения в равновесии. Развитие силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения в равновесии; выполнять подтягивание.		
48	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Перелезание через стопку матов. Лазанье по канату произвольным способом.	Комбини- рованный	Развитие ловкости. Учет освоения техники лазания по канату произвольным способом.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять перелезание через стопку матов; выполнять Лазанье по канату произвольным способом.		
				III четверть		
		I =		Лыжная подготовка		
49	ТБ на уроке по лыжной подготовке. Повороты на месте. Передвижение скользящим шагом (б/п)	Вводный	Ознакомить с Техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Обучение технике поворотов на месте. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок).	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Научиться: технике поворотов на месте. Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок).	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: смысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений
50	Повороты на месте. Передвижение скользящим шагом (без палок). Передвижение скользящим шагом 30 м.	Комбини- рованный	Совершенствование техники поворотов на месте. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок). Обучение техники передвижения скользящим шагом (с	Уметь: выполнять повороты на месте; передвигаться скользящим шагом (без палок). Научиться: техники передвижения скользящим шагом (с палками) на короткие дистанции на время.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за	связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых

			палками) на короткие		свои поступки на основе	заданий и упражнений.
51	Передвижение скользящим шагом 30 м. Ступающий шаг.	Комбини- рованный	дистанции на время. Учет техники передвижения скользящим 30 метров, совершенствование техники передвижения ступающим шагом.	Уметь: передвигаться скользящим шагом; Передвигаться ступающим шагом.	представлений о нравственных нормах.	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах
52	Подъем ступающим шагом. Спуски в низкой стойке.	Комбини- рованный	Совершенствование техники подъема ступающим шагом. Совершенствова ние техники спусков в низкой стойке.	Уметь: подниматься в гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при
53	Подъем ступающим шагом. Спуски в высокой стойке.	Комбини- рованный	Совершенствование техники подъема ступающим шагом. Совершенствова ние техники спусков в низкой стойке.	Уметь: подниматься в гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.	эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам	выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять
54	Подъем ступающим шагом. Спуски в высокой стойке.	Комбини- рованный	Совершенствование техники подъема ступающим шагом. Совершенствование техники спусков высокой стойке.	Уметь: подниматься в гору ступающим шагом; спускаться с горы в низкой стойке.	других людей.	хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной
55	Спуски в низкой стойке. Эстафеты.	Комбини- рованный	Совершенствование техники спусков в низкой стойке. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: спускаться с горы в низкой стойке. Знать: правила эстафеты.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной
56	Ступающий шаг. Эстафеты.	Комбини- рованный	Совершенствование техники передвижения ступающим шагом. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: Передвигаться ступающим шагом. Знать: правила эстафеты.	чувств.	терминологией. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом
57	Попеременный двухшажный ход (без палок). Эстафеты.	Комбини- рованный	Обучение технике попеременно двушажного хода (без палок). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Научиться: технике попеременно двушажного хода (без палок). Знать: правила эстафеты.	Формирование и проявление положительных качеств	требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации

58	Попеременный	Комбини-	Совершенствование	Уметь: передвигаться	личности,	мест занятий.
	двухшажный ход (без палок). Эстафеты.	рованный	техники попеременно двушажного хода (без палок). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Попеременным двушажным ходом (без палок). Знать: правила эстафеты.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной	Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и
59	Ступающий шаг. Попеременный двухшажный ход (с палками).	Комбини- рованный	Совершенствование техники передвижения ступающим шагом. Обучение технике попеременно двушажного хода (с палками).	Уметь: Передвигаться ступающим шагом. Научиться: технике попеременно двушажного хода (с палками).	цели.	анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения
60	Попеременный двухшажный ход (с/п). Эстафеты	Комбини- рованный	Совершенствование техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: Передвигаться попеременным двушажным ходом (с палками). Знать: правила эстафеты.		упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно
61	Попеременный двухшажный ход (с палками). Эстафеты.	Комбини- рованный	Совершенствование техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: Передвигаться попеременным двушажным ходом (с палками). Знать: правила эстафеты		выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
62	Передвижение скользящим шагом 30 м. Передвижение на лыжах до 1 км.	Комбини- рованный	Учет освоения техники передвижения скользящим шагом 30 метров. Развитие выносливости.	Уметь: передвигаться скользящим шагом;		Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых
63	Повороты на месте. Эстафеты.	Комбини- рованный	Совершенствование техники поворотов на месте. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять повороты на месте. Знать: правила эстафеты		в процессе ее выполнения.
64	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Комбини- рованный	Развитие выносливости.	Уметь: Передвигаться попеременным двушажным ходом (с палками) на результат.		
	1			гры с элементами спортивных игр		
65	Т.Б. на уроке по подвижным играм.	Игровой	Повторить технику безопасности на уроках	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным	Формирование навыка	Познавательные: Осмысление,

	Строевые		по подвижным играм.	играм;	систематического	объяснение своего
	упражнения.		Совершенствование	Правила игры. Уметь:	наблюдения за своим	
	Медленный бег.		техники передачи и	выполнять комплекс ОРУ;	физическим состоянием,	двигательного опыта.
	О.Р.У. Ловля мяча		ловли мяча.	,	величиной физических	
	отскочившего от		Способствовать		нагрузок.	
	пола.		развитию физических			Осознание важности освоения
	Подбрасывание и		качеств в игре.		Развитие	
	ловля мяча двумя		•		самостоятельности и	универсальных умений
	руками.				личной ответственности за	
	Подвижная игра				свои поступки на основе	связанных с выполнением
	«Передача мячей в				представлений о	
	колоннах».				нравственных нормах.	упражнений.
66	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	D	
	упражнения.	_	техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и	Развитие этических	0
	Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча. Знать: правила	чувств,	Осмысление техники
	О.Р.У. Удары мяча		Способствовать	игры.	доброжелательности и	DI III O HI O HI O HI O HI O HI O HI O H
	о пол и ловля его		развитию физических		эмоционально-	выполнения разучиваемых
	одной рукой.		качеств в эстафете.		нравственной отзывчивости, понимания	заданий и упражнений.
	Передача и ловля				и сопереживания чувствам	задании и упражнении.
	мяча на месте в				других людей.	
	парах. Эстафета.				других людеи.	Коммуникативные:
67	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	Формирование	, and the second
	упражнения.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и	эстетических	Формирование способов
	Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча. Знать: правила	потребностей, ценностей и	
	О.Р.У. Ловля мяча		Способствовать	игры.	чувств.	позитивного взаимодействия со
	отскочившего от		развитию физических			
	пола. Передача и		качеств в игре.		Формирование и	сверстниками в парах и группах
	ловля мяча на				проявление	
	месте в парах.				положительных качеств	при разучивании
	Подвижная игра				личности,	
	«Передача мячей в				дисциплинированности,	
	колоннах».				трудолюбия и упорства в	Упражнений.
68	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	достижении поставленной	
	упражнения.		техники ловли мяча.	ОРУ; выполнять ловлю мяча.	цели.	VMONIA of govern overfree
	Медленный бег.		Способствовать	Знать: правила игры.		Умение объяснять ошибки при
	О.Р.У.		развитию физических			DI HIQHIJAHIJI VIIDOVIJAVIVI
	Подбрасывание и		качеств в эстафете.			выполнении упражнений.
	ловля мяча двумя					
	руками. Удары					Умение управлять эмоциями
	мяча о пол и ловля					
	его одной рукой.					при общении со сверстниками и
60	Эстафета.	17	C	V	-	
69	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс		
	упражнения.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и		

	Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча. Знать: правила	взрослыми, сохранять
	О.Р.У. Передача и		Способствовать	игры.	
	ловля мяча на		развитию физических		хладнокровие, сдержанность,
	месте в парах.		качеств в игре.		
	Ловля и передача				рассудительность.
	мяча в движении.				
	Подвижная игра				
	«Передача мячей в				Умение с достаточной
	колоннах».				полнотой и точностью
70	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	полнотои и точностью
	упражнения.		техники ловли мяча.	ОРУ; выполнять ловлю мяча.	DAY MANAGET AD AN AN AG THE D
	Медленный бег.		Способствовать	Знать: правила игры.	выражать свои мысли в
	О.Р.У. Ловля мяча		развитию физических		COOTRATCTPHILC DO HOUSENIA MOSICO
	отскочившего от		качеств в эстафете.		соответствии с задачами урока,
	пола. Удары мяча о				владение специальной
	пол и ловля его				ыадение специальной
	одной рукой.				терминологией.
71	Эстафета.	11 ~	G	37	replinition from
71	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	
	упражнения.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и	Регулятивные: Умение
	Медленный бег. О.Р.У.		ловли мяча. Способствовать	ловли мяча. Знать: правила	·
	Подбрасывание и			игры.	организовать самостоятельную
			развитию физических		
	ловля мяча двумя		качеств в игре.		деятельность с учетом
	руками. Ловля и передача мяча в				
	движении. П/и				требований ее безопасности,
	движении. 11/и «Мяч на полу».				
72	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	сохранности инвентаря и
12	упражнения.	ти ровон	техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и	
	Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча; выполнять броски	оборудования, организации
	О.Р.У. Передача и		Совершенствование	мяча в корзину. Знать: правила	
	ловля мяча на		техники бросков мяча	игры.	мест занятий.
	месте в парах.		в корзину.	•	
	Забрасывание мяча		Способствовать		Умение характеризовать,
	в корзину.		развитию физических		a mainta mapantaphisoburb,
	Эстафета.		качеств в эстафете.		выполнять задание в
73	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	,,
	упражнения.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и	соответствии с целью и
	Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча. Знать: правила	, '
	О.Р.У. Удары мяча		Способствовать	игры.	анализировать технику
	о пол и ловля его		развитию физических		
	одной рукой.		качеств в игре.		
	Ловля и передача				

	мяча в движении. П/и «Мяч на				выполнения упражнений,
7.4	полу».			V	давать объективную оценку
74	Строевые упражнения. Медленный бег.	Игровой	Совершенствование техники ловли мяча. Способствовать	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча. Знать: правила игры.	технике выполнения
	О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от		развитию физических качеств в эстафете.	энств. правила тры.	упражнений на основе
	пола.		1		освоенных знаний и
	Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. Эстафета.				имеющегося опыта.
75	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование техники передачи и	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и	Умение технически правильно
	Медленный бег. О.Р.У. Передача и		ловли мяча. Способствовать	ловли мяча. Знать: правила игры.	выполнять двигательные
	ловля мяча на месте в парах.		развитию физических качеств в игре.		действия из базовых видов
	Ловля и передача мяча в движении.				спорта, использовать их в
	$\Pi/и$ «Попади в мяч».				игровой и соревновательной
76	Строевые упражнения. Медленный бег.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча в корзину.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в корзину. Знать: правила	деятельности.
	О.Р.У. Забрасывание мяча		Способствовать развитию физических	игры.	Умение планировать
	в корзину. Эстафета.		качеств в эстафете.		собственную деятельность,
77	Строевые	Игровой	Способствовать	Уметь: выполнять комплекс	распределять нагрузку и отдых
	упражнения. Медленный бег.		развитию физических качеств в игре и в	ОРУ; Знать: правила игры.	в процессе ее выполнения.
	О.Р.У. Эстафета. Подвижная игра «Попади в мяч».		эстафете.		Умение видеть красоту
78	Строевые упражнения.	Игровой	Способствовать развитию физических	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать: правила игры	движений, выделять и
	Медленный бег. О.Р.У. Эстафета.		качеств в игре и в эстафете.	, <u>F</u>	обосновывать эстетические
	Подвижная игра «Метко в цель».		1		признаки в движениях и

							передвижениях человека.				
					IV четверть						
	Подвижные игры с элементами спортивных игр										
79		Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения.	Игровой	Повторить технику безопасности на уроках по подвижным играм. Совершенствование	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять	Формирование навыка систематического	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.				
		Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча отскочившего от		техники передачи и ловли мяча. Способствовать	передачи и ловли мяча. Знать: правила игры	наблюдения за своим	Осознание важности освоения универсальных умений				
		пола. Передача и ловля мяча на		развитию физических качеств в эстафете.		физическим состоянием,	связанных с выполнением упражнений.				
		месте в парах.		качеств в эстафете.		величиной физических	Осмысление техники				
80		Эстафета. Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование техники ловли мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча.	нагрузок.	выполнения разучиваемых заданий и упражнений.				
		Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и		Способствовать развитию физических качеств в игре.	Знать: правила игры		Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со				
		ловля мяча двумя руками. Удары				Развитие	сверстниками в парах и группах при разучивании				
		мяча о пол и ловля его одной рукой.				самостоятельности и	Упражнений.				
		Подвижная игра «Попади в мяч».				личной ответственности за	Умение объяснять ошибки при				
81		Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование техники ловли мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ловлю мяча.	свои поступки на основе	выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями				
		Медленный бег. О.Р.У. Ловля мяча		Способствовать развитию физических	Знать: правила игры	представлений о	при общении со сверстниками и				
		отскочившего от пола. Удары мяча о пол и ловля его		качеств в эстафете.		нравственных нормах.	взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.				
		одной рукой. Эстафета.					Умение с достаточной полнотой и точностью				
82		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подбрасывание и	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать: правила игры	Развитие этических чувств,	выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.				
		подорасывание и ловля мяча двумя руками. Передача		качеств в игре.		доброжелательности и	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную				

	и ловля мяча на				эмоционально-	деятельность с учетом
	месте в парах.				омеционально	требований ее безопасности,
	Подвижная игра				нравственной	сохранности инвентаря и
	«Попади в мяч».				приветвенной	оборудования, организации
83	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	отзывчивости, понимания	мест занятий.
0.5	упражнения.	ип ровои	техники ловли мяча.	ОРУ; выполнять ловлю мяча.	Olobib imbocin, nonimumini	мест запитии.
	упражнения. Медленный бег.		Способствовать	Знать: правила игры	и сопереживания чувствам	Умение характеризовать,
	О.Р.У. Ловля мяча		развитию физических	энать. правила игры	и сопереживания чувствам	выполнять задание в
	отскочившего от		качеств в эстафете.		других людей.	соответствии с целью и
	пола. Удары мяча о		качеств в эстафете.		других людеи.	анализировать технику
	пола. У дары мяча о пол и ловля его					выполнения упражнений,
	одной рукой.					давать объективную оценку
	Эстафета.					технике выполнения
84		11	C	V		упражнений на основе
04	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	Формирование	освоенных знаний и
	упражнения. Медленный бег.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и		имеющегося опыта.
	медленный бег. О.Р.У.		ловли мяча.	ловли мяча. Знать: правила	эстетических	
			Способствовать	игры		Умение технически правильно
	Подбрасывание и		развитию физических		потребностей, ценностей и	выполнять двигательные
	ловля мяча двумя		качеств в игре.			действия из базовых видов
	руками. Ловля и				чувств.	спорта, использовать их в
	передача мяча в				-	игровой и соревновательной
	движении.					деятельности.
	Подвижная игра					
	«Передача мячей в					Умение планировать
0.5	колоннах».	TT V	G	3.7		собственную деятельность,
85	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	Формирование и	распределять нагрузку и отдых
	упражнения.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и		в процессе ее выполнения.
	Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча; выполнять броски	проявление	37
	О.Р.У. Передача и		Совершенствование	мяча в корзину. Знать:		Умение видеть красоту
	ловля мяча на		техники бросков мяча	правила игры	положительных качеств	движений, выделять и
	месте в парах.		в корзину.			обосновывать эстетические
	Забрасывание мяча		Способствовать		личности,	признаки в движениях и
	в корзину.		развитию физических			передвижениях человека.
06	Эстафета.	TT V	качеств в эстафете.	3.7	дисциплинированности,	
86	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс		
	упражнения.		техники передачи и	ОРУ; выполнять передачи и	трудолюбия и упорства в	
	Медленный бег.		ловли мяча.	ловли мяча; выполнять броски		
	О.Р.У. Ловля и		Совершенствование	мяча в корзину. Знать:	достижении поставленной	
	передача мяча в		техники бросков мяча	правила игры	H0	
	движении.		в корзину.		цели.	
	Забрасывание мяча		Способствовать			
	в корзину.		развитию физических			
	Подвижная игра		качеств в игре.			
<u></u>	«Метко в цель».					

87	Строевые	Игровой	Способствовать	Уметь: выполнять комплекс		
	упражнения.	-	развитию физических	ОРУ; Знать: правила игры		
	Медленный бег.		качеств в игре и в	-		
	О.Р.У. Эстафета.		эстафете.			
	Подвижная игра		_			
	«Мяч на полу».					
				кая атлетика и кроссовая подготов	ка	
88	Т.Б. на уроках по	Комбини-	Повторение техники	Знать: правила поведения на		
	легкой атлетике.	рованный	безопасности на уроках	уроке по легкой атлетике.		Познавательные: Осмысление,
	Строевые		по легкой атлетике.	Уметь: выполнять комплекс		объяснение своего
	упражнения.		Совершенствование	ОРУ; бегать 30 метров. Знать:		
	Медленный бег.		техники бега на 30	правила игры		двигательного опыта.
	О.Р.У. Высокий		метров с высокого			
	старт. Бег 30 м.		старта. Способствовать		Формирование навыка	Осознание важности освоения
	Подвижная игра с элементами легкой		развитию физических			универсальных умений
	элементами легкои атлетики.		качеств в игре.		систематического	связанных с выполнением
89	Строевые	Комбини-	Учёт техники бега с	Уметь: выполнять комплекс		сызанных с выполнением
0,	упражнения.	рованный	высокого старта на 30	ОРУ; бегать с высокого старта	наблюдения за своим	упражнений.
	Медленный бег.	1	метров.	30 метров.	физическим состоянием,	
	О.Р.У. Высокий		1	•	физическим состоянием,	Осмысление техники
	старт. Бег 30 м.				величиной физических	выполнения разучиваемых
90	Строевые	Комбини-	Развитие	Уметь: выполнять комплекс	2000 mmen 41101 100 mm	
	упражнения.	рованный	выносливости,	ОРУ; выполнять прыжков в	нагрузок.	заданий и упражнений.
	Медленный бег.		совершенствование	длину с места.		
	О.Р.У. Бег до 4		техники прыжков в			Коммуникативные:
	мин. Прыжок в		длину с места.			Формирование способов
0.1	длину с места.			**		
91	Строевые	Комбини-	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	Развитие	позитивного взаимодействия со
	упражнения. Медленный бег.	рованный	техники метание мяча	ОРУ; выполнять метание мяча	Тазвитис	сверстниками в парах и группах
	О.Р.У. Метание		на дальность, развитие выносливости.	на дальность.	самостоятельности и	Han bookinbonin
	мяча на дальность.		выносливости.			при разучивании
	Многоскоки с				личной ответственности за	
	ноги на ногу.					Упражнений.
92	Строевые	Комбини-	Развитие	Уметь: выполнять комплекс	свои поступки на основе	
	упражнения.	рованный	выносливости,	ОРУ; выполнять метание мяча		Умение объяснять ошибки при
	Медленный бег.	1	совершенствование	на дальность.	представлений о	выполнении упражнений.
	О.Р.У. Бег до 4		техники метания мяча			
	мин. Метание мяча		на дальность.		нравственных нормах.	Умение управлять эмоциями
	на дальность.					
93	Строевые	Комбини-	Развитие	Уметь: выполнять комплекс		при общении со сверстниками и
	упражнения.	рованный	выносливости,	ОРУ; выполнять прыжков в		взрослыми, сохранять
	Медленный бег.		совершенствование	длину с разбега.		

	О.Р.У. Многоскоки		техники прыжков в			хладнокровие, сдержанность,
	с ноги на ногу. Прыжок в длину с		длину с разбега.			рассудительность.
	разбега.				Развитие этических	
94	Строевые	Комбини-	Развитие	Уметь: выполнять комплекс		Умение с достаточной
	упражнения.	рованный	выносливости,	ОРУ; бегать 30 метров.	чувств,	полнотой и точностью
	Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4		совершенствование техники бега на 30		доброжелательности и	выражать свои мысли в
	мин. Бег 30 м.		метров.		7, 1	
95	Строевые	Контроль	Учет техники прыжков	Уметь: выполнять комплекс	эмоционально-	соответствии с задачами урока,
	упражнения.		в длину с места,	ОРУ; выполнять прыжков в	нравственной	владение специальной
	Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в		совершенствование	длину с места; выполнять	нравственной	терминологией.
	длину с места.		техники метания мяча на дальность.	метание мяча на дальность.	отзывчивости, понимания	
	Метание мяча на		iiii Amibiie iibi			Регулятивные: Умение
	дальность.				и сопереживания чувствам	организовать самостоятельную
96	Строевые упражнения.	Комбини- рованный	Развитие выносливости,	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в	других людей.	деятельность с учетом
	Медленный бег.	рованный	совершенствование	длину с разбега.		требований ее безопасности,
	О.Р.У. Многоскоки		техники прыжков в	v -		сохранности инвентаря и
	с ноги на ногу.		длину с разбега.			
	Прыжок в длину с разбега.				Ф	оборудования, организации
97	Строевые	Контроль	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс	Формирование	мест занятий.
	упражнения.	-	силовых качеств, учет	ОРУ; выполнять силовые	эстетических	Умение характеризовать,
	Медленный бег.		бега на выносливость.	упражнения.		у мение характеризовать,
	О.Р.У. Наклон вперед из				потребностей, ценностей и	выполнять задание в
	положения сед на				чувств.	соответствии с целью и
	полу; сгибание и				-,	анализировать технику
	разгибание рук в упоре лежа. Бег на					выполнения упражнений,
	упоре лежа. вег на 500 м.					давать объективную оценку
98	Строевые	Контроль	Развитие	Уметь: выполнять комплекс	*	
	упражнения.		выносливости, учет	ОРУ; выполнять прыжков в	Формирование и	технике выполнения
	Медленный бег. О.Р.У. Бег до 4		техники прыжков в длину с разбега.	длину с разбега.	проявление	упражнений на основе
	мин. Прыжок в		длину с разоста.			освоенных знаний и
	длину с разбега.				положительных качеств	имеющегося опыта.
99	Строевые	Контроль	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс	личности,	
	упражнения. Медленный бег.		техники прыжков в длину с места, учет	ОРУ; выполнять прыжков в длину с места; выполнять	Jiii moorii,	Умение технически правильно
	О.Р.У. Прыжок в		техники метания мяча	метание мяча на дальность.	дисциплинированности,	выполнять двигательные
	длину с места.		на дальность.			

	Метание мяча на дальность.				трудолюбия и упорства в	действия из базовых видов
100	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Многоскоки с	Контроль	Учет техники бега на 30 метров, развитие выносливости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.	достижении поставленной цели.	спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать
101	ноги на ногу. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра с элементами легкой атлетики.	Комбини- рованный	Развитие скоростно- силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и
102	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м.	Контроль	Учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять бег на средние средние дистанции.		передвижениях человека.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 3 класс

$N_{\underline{0}}$	Дата	Тема, содержание	Тип урока	Цели и задачи урока		Планируемые результ	аты
ПП	Пф	урока			Предметные	Личностные	Метапредметные
				I четвер	ть		
				Легкая атлетика и крос	совая подготовка		
1		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по легкой атлетике.	Знать: Правила поведения на уроке по легкой	Формирование навыка	Познавательные:
		упражнения. Медленный бег.		Совершенствование техники бега на 30	атлетике. Уметь: выполнять	систематического	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
		О.Р.У. Высокий старт. Бег 30 м. Поднимание и опускание туловища		метров с высокого старта. Развитие скоростно-силовых	комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров.	наблюдения за своим	Осознание важности освоения
		за 30 секунд.		качеств.	Выполнять скоростно-силовые	физическим состоянием,	универсальных умений
2		Canachara	Контроль	Учет техники бега на	упражнения. Уметь: выполнять	величиной физических	связанных с выполнением упражнений.
2		Строевые упражнения. Медленный бег.	контроль	30 метров. Совершенствование	комплекс ОРУ; бегать с высокого	нагрузок.	Осмысление техники
		О.Р.У. Бег 30 м. Прыжок в длину с места.		техники прыжков в длину с места.	старта 30 метров; выполнять прыжков в длину с места.		выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
3		Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 60 м.	Комбинированный	Обучение технике бега на 60 метров. Совершенствование техники метения мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60 метров;	Развитие	Коммуникативные: Формирование способов
		Метание мяча.		техники метения мяча.	выполнять метание мяча на дальность.	самостоятельности и	позитивного взаимодействия
4		Строевые упражнения. Медленный бег.	Комбинированный	Совершенствование техники бега 60 метров. Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого	личной ответственности	со сверстниками в парах и группах при разучивании
		О.Р.У. Бег 60 м. Прыжок в длину с места.		техники прыжков в длину с места.	старта 60 метров; выполнять прыжков в длину с места.	за свои поступки на	Упражнений.
5		Строевые упражнения. Медленный бег.	Комбинированный	Совершенствование техники метания мяча. Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание	основе представлений о	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
		О.Р.У. Метание мяча.		силовых качеств.	мяча на дальность.		

	Поднимание и			Выполнять	нравственных нормах.	
	опускание туловища			скоростно-силовые	inpuberbening repringer	Умение управлять эмоциями
	за 30 секунд.			упражнения.		при общении со сверстниками
6	Строевые	Комбинированный	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять		
	упражнения.		силовых качеств.	комплекс ОРУ;		и взрослыми, сохранять
	Медленный бег.		Развитие	Выполнять		хладнокровие, сдержанность,
	О.Р.У. Наклон вперед		выносливости.	скоростно-силовые	Развитие этических	
	из положения сед на			упражнения. Бегать		рассудительность.
	полу; сгибание и			на средние		
	разгибание рук в			дистанции.	чувств,	Умение с достаточной
	упоре лежа. Бег на 500 м.					полнотой и точностью
7	Строевые	Контроль	Учет техники прыжков	Уметь: выполнять	доброжелательности и	
,	упражнения.	Контроль	в длину с места.	комплекс ОРУ;		выражать свои мысли в
	упражнения. Медленный бег.		Совершенствование	выполнять прыжков	эмоционально-	соответствии с задачами
	О.Р.У. Прыжок в		техники метания мяча.	в длину с места;	оттедительно	
	длину с места.			выполнять метание		урока, владение специальной
	Метание мяча.			мяча на дальность.	нравственной	терминологией.
8	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	1	_
	упражнения.		техники прыжков в	комплекс ОРУ;	отзывчивости,	Регулятивные: Умение
	Медленный бег.		длину с разбега.	выполнять прыжок в		•
	О.Р.У. Прыжок в		Развитие скоростно-	длину с разбега.	понимания и	организовать
	длину с разбега.		силовых качеств.	Выполнять		самостоятельную
	Поднимание и			скоростно-силовые		
	опускание туловища			упражнения.	сопереживания чувствам	деятельность с учетом
9	за 30 секунд.	Контроль	V	V	-	требований ее безопасности,
9	Строевые упражнения.	Контроль	Учет техники метания мяча. Развитие	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	других людей.	сохранности инвентаря и
	упражнения. Медленный бег.		скоростно-силовых	выполнять метание		сохранности инвентаря и
	О.Р.У. Метание мяча.		качеств.	мяча на дальность;		оборудования, организации
	Наклон вперед из		Ra Icolb.	Выполнять		мест занятий.
	положения сед на			скоростно-силовые		мест запятии.
	полу; сгибание и			упражнения.		V
	разгибание рук в			7 1	Формирование	Умение характеризовать,
	упоре лежа.					выполнять задание в
10	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	эстетических	COOTRATATRIM A MATERIA
	упражнения.		техники прыжков в	комплекс ОРУ;	JOIOTH ICORNA	соответствии с целью и
	Медленный бег.		длину с разбега.	выполнять прыжок в		анализировать технику
	О.Р.У. Прыжок в		Развитие	длину с разбега.	потребностей, ценностей	выполнения упражнений,
	длину с разбега. Бег		выносливости.	Бегать на средние		
11	на 500 м.	Von Suum ana	D	дистанции.	и чувств.	давать объективную оценку
11	Строевые	Комбинированный	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		технике выполнения
	упражнения. Медленный бег.		силовых качеств.	комплекс ОРУ; Выполнять		Tominic Bonomieno
	тутедленный бег.			аткніющаа		

	О.Р.У. Поднимание и			скоростно-силовые		
	опускание туловища			упражнения.		упражнений на основе
	за 30 секунд. Наклон					освоенных знаний и
	вперед из положения				Формирование и	имеющегося опыта.
	сед на полу; сгибание и разгибание рук в					imicional con cilinia.
	упоре лежа.				проявление	Умение технически
12	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		правильно выполнять
	упражнения.		техники прыжков в	комплекс ОРУ;	положительных качеств	_
	Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в		длину с разбега. Способствовать	выполнять прыжок в длину с разбега.		двигательные действия из
	длину с разбега.		развитию физических	Знать правила игры.	личности,	базовых видов спорта,
	Подвижные игры с		качеств в игре.	энать правым тры.		использовать их в игровой и
	элементами легкой		1		дисциплинированности,	1
	атлетики.				Anogumannip ezwinie vin,	соревновательной
13	Строевые	Комбинированный	Развитие	Уметь: выполнять	трудолюбия и упорства	деятельности.
	упражнения.		выносливости.	комплекс ОРУ;	трудолюбия и упорства	
	Медленный бег. О.Р.У. Бег на 500 м.		Способствовать развитию физических	Бегать на средние		Умение планировать
	Подвижные игры с		качеств в игре.	дистанции; выполнять прыжок в	в достижении	
	элементами легкой		Ru leelb b in pe.	длину с разбега.		собственную деятельность,
	атлетики.				поставленной цели.	распределять нагрузку и
14	Строевые	Контроль	Учет техники прыжков	Уметь: выполнять		отдых в процессе ее
	упражнения.		в длину с разбега. Способствовать	комплекс ОРУ;		_
	Медленный бег.		развитию физических	выполнять прыжок в		выполнения.
	О.Р.У. Прыжок в длину с разбега.		качеств в игре.	длину с разбега. Знать правила игры.		
	Подвижные игры с		-	энать правила игры.		Умение видеть красоту
	элементами легкой					движений, выделять и
	атлетики.					обосновывать эстетические
15	Строевые	Контроль	Учет бега на	Уметь: выполнять		
	упражнения.		выносливость.	комплекс ОРУ;		признаки в движениях и
	Медленный бег. О.Р.У. Бег на 1500 м.			Бегать на средние		передвижениях человека.
	О.Р. У. Бет на 1300 м.			дистанции.		
			 Подвижные игры с элемен	 тами спортивных игр		
16	Т.Б. на уроке по	Вводный	Ознакомить с техникой	Знать:	_	Познавательные:
	подвижным играм.		безопасности на уроках	Правила поведения	Формирование навыка	
	Строевые		по подвижным играм. Совершенствование	на уроке по		Осмысление, объяснение
	упражнения.		техники ведения мяча.	подвижным играм.	систематического	своего двигательного опыта.
	Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча		Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		Осознание важности освоения
	на месте и в		техники передачи и ловли мяча.	выполнять ведение		универсальных умений
	движении. Ловля и		Способствовать	мяча; выполнять		James Pearlement James and
	движении. Ловли и			мила, выполнить		

	передача мяча на месте и в движении.		развитию физических качеств в эстафете.	передачи и ловли мяча.	наблюдения за своим	связанных с выполнением
	Эстафеты.			Знать правила игры.		упражнений.
17	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	физическим состоянием,	Осмысление техники
	упражнения.	•	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.		Способствовать	выполнять ведение	величиной физических	выполнения разучиваемых
	О.Р.У. Ведение мяча		развитию физических качеств в игре.	мяча; Знать правила		заданий и упражнений.
	на месте и в движении. Ведение		качесть в игре.	игры.	нагрузок.	Коммуникативные:
	мяча с изменением					Формирование способов
	направления.					позитивного взаимодействия
	Подвижная игра				Развитие	со сверстниками в парах и
	«Передача мячей в					
18	колоннах».	11	C	X7	самостоятельности и	группах при разучивании
18	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		Упражнений.
	упражнения. Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение	личной ответственности	Умение объяснять ошибки
	О.Р.У. Ведение мяча с		техники передачи и	мяча; Знать правила		при выполнении упражнений.
	изменением		ловли мяча.	игры.	за свои поступки на	Умение управлять эмоциями
	направления. Ловля и		Способствовать			при общении со сверстниками
	передача мяча на месте и в движении.		развитию физических качеств в эстафете.		основе представлений о	1
	Эстафеты.		качеств в эстафете.		• **	и взрослыми, сохранять
19	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	нравственных нормах.	хладнокровие, сдержанность,
	упражнения.	•	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		рассудительность.
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение		Умение с достаточной
	О.Р.У. Ведение мяча		техники передачи и	мяча; выполнять	Развитие этических	полнотой и точностью
	на месте и в движении. Ловля и		ловли мяча. Способствовать	передачи и ловли мяча. Знать правила		
	передача мяча на		развитию физических	игры.	чувств,	выражать свои мысли в
	месте и в движении.		качеств в игре.			соответствии с задачами
	Подвижная игра		-		доброжелательности и	урока, владение специальной
	«Передача мячей в				доорожелательности и	терминологией.
20	колоннах». Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	эмоционально-	Регулятивные: Умение
20	упражнения.	провон	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	,	организовать
	Медленный бег.		Обучение технике	выполнять ведение	нравственной	самостоятельную
	О.Р.У. Ведение мяча с		бросков мяча в кольцо	мяча;	праветвеннон	_
	изменением		двумя руками снизу.	Научиться: технике	0.000 ADVAND 0.000A	деятельность с учетом
	направления. Броски		Способствовать развитию физических	бросков мяча в	отзывчивости,	требований ее безопасности,
	в кольцо двумя руками снизу.		развитию физических качеств в эстафете.	кольцо двумя руками снизу.		сохранности инвентаря и
	Эстафеты.		na icoid d octupero.	Знать правила игры.	понимания и	оборудования, организации
21	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять		

	упражнения.		техники бросков мяча	комплекс ОРУ;	сопереживания чувствам	
ļ			кольцо двумя руками	выполнятьбросков	сопереживания туветвам	мест занятий.
	Медленный бег. О.Р.У. Броски в		снизу. Обучение	мяча в кольцо двумя		Умение характеризовать,
	кольцо двумя руками		технике бросков мяча	руками снизу.	других людей.	выполнять задание в
	снизу. Броски в		одной рукой от мяча.	Научиться: техники		
	кольцо одной рукой		Способствовать развитию физических	бросков мяча одной	Формирования	соответствии с целью и
	от плеча. Подвижная игра «Охотники и		качеств в игре.	рукой.	Формирование	анализировать технику
	игра «Охотники и утки».		1	Знать правила игры.		выполнения упражнений,
22	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	эстетических	давать объективную оценку
	упражнения.	1	техники бросков мяча	комплекс ОРУ;		технике выполнения
	Медленный бег.		кольцо двумя руками	выполнятьбросков	потребностей, ценностей	упражнений на основе
	О.Р.У. Броски в		снизу.	мяча в кольцо двумя		• •
	кольцо одной рукой от плеча. Ведение на		Совершенствование техники бросков мяча	руками снизу;	и чувств.	освоенных знаний и
	месте правой и левой		одной рукой.	выполнять Броски мяча одной		имеющегося опыта.
	рукой в движении		Способствовать	рукой.		Умение технически
	шагом и бегом.		развитию физических	Знать правила игры.	Формирование и	правильно выполнять
	Эстафеты.		качеств в эстафете.			двигательные действия из
23	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	проявление	базовых видов спорта,
	упражнения. Медленный бег.		техники передачи и ловли мяча.	комплекс ОРУ; выполнять передачи		_
	О.Р.У. Ловля и		Совершенствование	и ловли мяча. Знать	положительных качеств	использовать их в игровой и
	передача мяча на		техники ведения мяча.	правила игры.		соревновательной
	месте и в движении.		Способствовать		личности,	деятельности.
	Ведение на месте		развитию физических			Умение планировать
	правой и левой рукой		качеств в игре.		дисциплинированности,	собственную деятельность,
	в движении шагом и бегом. Подвижная					распределять нагрузку и
	игра «Охотники и				трудолюбия и упорства	
	утки».					отдых в процессе ее
24	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	в достижении	выполнения.
	упражнения.		техники бросков мяча	комплекс ОРУ;	в достикении	Умение видеть красоту
	Медленный бег. О.Р.У. Броски в		кольцо двумя руками	выполнятьбросков мяча в кольцо двумя	поставленной цели.	движений, выделять и
	кольцо двумя руками		снизу. Совершенствование	руками снизу;	поставленной цели.	обосновывать эстетические
	снизу. Броски в		техники бросков мяча	выполнятьбросков		
	кольцо одной рукой		одной рукой.	мяча в кольцо одной		признаки в движениях и
	от плеча. Эстафеты.		Способствовать	рукой. Знать		передвижениях человека.
			развитию физических	правила игры.		
			качеств в эстафете. II четвер	OTT		
			Гимнастика с элемент			
25	ТБ на уроке по гимнастике. Строевые	Вводный	Ознакомить с техникой	Знать:		Познавательные: Осознание

	упражнения		безопасности на уроках	Правила поведения	Формирование навыка	важности освоения
	Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения.		по гимнастике. Совершенствование техники выполнения акробатических	на уроке по гимнастике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	систематического	универсальных умений
			упражнений	выполнять акробатические упражнения.	наблюдения за своим	связанных с выполнением
26	Строевые упражнения	Комбинированный	Обучение технике	Уметь: выполнять		организующих упражнений.
	Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату. Упражнения в висе стоя и лежа.		лазания по канату. Выполнить: Упражнения в висе.	комплекс ОРУ; Научиться: технике лазания по канату;	физическим состоянием,	Осмысление техники
				выполнять упражнения в висе	величиной физических	выполнения разучиваемых
27	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамье.	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по наклонной скамье.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнять лазание	нагрузок.	акробатических комбинаций и
	Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе		Развитие силы	по наклонной скамье; выполнять		упражнений.
28	лежа (д). Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения	Подтягивание Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	Развитие этических	Осмысление правил
	Акробатические упражнения.		акробатических упражнений.	выполнять акробатические		безопасности (что можно
	Упражнения в висе стоя и лежа.		Выполнить: Упражнения в висе.	упражнения; выполнить упражнения в висе.	чувств,	делать и что опасно делать)
29	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	доброжелательности и	при выполнении
	наклонной скамье. Прыжки через скакалку.		наклонной скамье. Развитие скоростно- силовых качеств.	выполнять лазание по наклонной скамье; прыгать	эмоционально-	акробатических,
30	Строевые упражнения	Комбинированный	Совершенствование	через скакалку. Уметь: выполнять	нравственной	гимнастических упражнений,
	Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату. Упражнения в висе стоя и лежа.	4	техники лазания по канату. Выполнить: Упражнения в висе.	комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату;	отзывчивости,	комбинаций.
				Выполнить: Упражнения в висе.		Коммуникативные:
31	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Акробатические	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять	понимания и	Формирование способов
	упражнения. Прыжки через скакалку.		упражнений. Развитие скоростно-силовых	акробатические упражнения; прыгать		

-					1	
			качеств.	через скакалку.	сопереживания чувствам	позитивного взаимодействия
32	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамье. Упражнения в висе	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по наклонной скамье. Упражнения в висе.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной	других людей.	со сверстниками в парах и
	стоя и лежа.		з пражнения в внее.	скамье; Выполнить упражнения в висе.		группах при разучивании
33	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату. Поднимание и	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по канату. Развитие	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание	Формирование	Акробатических упражнений.
	опускание туловища за 30 секунд.		скоростно-силовых качеств.	по канату; выполнять силовые упражнения.	эстетических	Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
34	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Акробатические	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять	потребностей, ценностей	Регулятивные: Формирование
	упражнения. Упражнения на равновесие (на бревне).		упражнений. Выполнить: Упражнения в	акробатические упражнения; выполнять	и чувств.	умения выполнять задание в
25	Строевые упражнения	Vovávvvnopovvv v	равновесии (на бревне).	упражнения на равновесие.		соответствии с поставленной
35	Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по наклонной скамье. Прыжки через	Комбинированный	Совершенствование техники лазания по наклонной скамье. Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по наклонной	Формирование и	целью.
36	скакалку. Строевые упражнения	Комбинированный	силовых качеств.	скамье; прыгать через скакалку. Уметь: выполнять	проявление	Способы организации рабочего места.
30	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату. Упражнения на равновесие (на	Tomommipodamida	техники лазания по канату. Выполнить: Упражнения в	комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату;	положительных качеств	Формирование умения
	бревне).		равновесии (на бревне).	Выполнить упражнения в равновесии.	личности,	понимать причины успеха
37	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на гимнастической стенке.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять	дисциплинированности,	/неуспеха учебной
	стенке. Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д).		Развитие силы.	упражнения на гимнастической стенке; выполнять силовые	трудолюбия и упорства	деятельности и способности конструктивно действовать
38	Строевые упражнения	Комбинированный	Совершенствование	упражнения. Уметь: выполнять		
	Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по		техники лазания по	комплекс ОРУ;		

	наклонной скамье.		v			
	наклонной скамье. Упражнения на равновесие (на бревне).		наклонной скамье. Выполнить: Упражнения в	выполнять лазание по наклонной скамье; Выполнить	в достижении	даже в ситуациях неуспеха. Формирование умения
			равновесии (на бревне).	упражнения в равновесии.	поставленной цели.	Формирование умения
39	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		планировать, контролировать
	гимнастической стенке. Поднимание и опускание туловища		гимнастической стенке. Развитие скоростно-	выполнять упражнения на		и оценивать учебные
40	за 30 секунд. Строевые упражнения	Комбинированный	силовых качеств.	гимнастической стенке.		действия в соответствии с
40	Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на равновесие (на бревне). Челночный бег 3х10.	Комоинированныи	Выполнить: Упражнения в равновесии (на бревне). Развитие скоростно-	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнить упражнения в		поставленной задачей и
41	Строевые упражнения	Комбинированный	силовых качеств. Развитие: силы,	равновесии. Уметь: выполнять		условиями ее реализации;
	Медленный бег. О.Р.У. Подтягивание в висе на перекладине		скоростно-силовых качеств.	комплекс ОРУ; силовые		определять наиболее
	(м); Подтягивание в висе лежа (д). Поднимание и опускание туловища за 30 секунд.			упражнения.		эффективные способы
42	Строевые упражнения Мелленный бег.	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		достижения результата.
	О.Р.У. Упражнения на гимнастической стенке. Прыжки через		гимнастической стенке. Развитие скоростно-	выполнять упражнения на		Овладение логическими
	скакалку.		силовых качеств.	гимнастической стенке; силовые упражнения.		действиями сравнения,
43	Строевые упражнения	Комбинированный	Развитие: силы,	Уметь: выполнять		анализа, синтеза, обобщения,
7.5	Медленный бег. О.Р.У. Подтягивание в висе на перекладине (м): Полтягивание в	Комонирования	скоростно-силовых качеств.	комплекс ОРУ;силовые упражнения.		классификации по родовым
	висе лежа (д). Поднимание и опускание туловища за 30 секунд.			y		признакам, установления
44	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		аналогий и причинно-
	Акробатические упражнения. Лазанье по канату.		акробатических упражнений. Совершенствование	выполнять акробатические упражнения;		следственных связей,
			техники лазания по канату.	выполнять лазание по канату.		

						построения рассуждений,
45	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на гимнастической стенке. Подтягивание в висе на перекладине (м); Подтягивание в висе лежа (д). Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату.	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на гимнастической стенке. Развитие силы. Совершенствование техники лазания по канату. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на гимнастической стенке; силовые упражнения. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату		отнесения к известным понятиям.
47	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Лазанье по канату.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Совершенствование техники лазания по канату.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять акробатические упражнения; выполнять лазание по канату.		
48	Строевые упражнения Медленный бег. О.Р.У. Поднимание и опускание туловища за 30 секунд. Челночный бег 3х10.	Комбинированный	Развитие скоростно- силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять скоростно-силовые упражнения.		
			III четве	рть		
			Лыжная под			
49	ТБ на уроке по лыжной подготовке. Скользящий шаг (без палок). Повороты переступанием.	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Уметь: передвигаться	Формирование навыка систематического наблюдения за своим	Познавательные: осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
			палок). Совершенствование техники поворотов переступанием.	скользящим шагом (без палок); Выполнять повороты переступанием.	физическим состоянием, величиной физических	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением
50	Скользящий шаг (без палок). Передвижение скользящим шагом (с палками).	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения скользящим шагом (без палок).	Уметь: передвигаться скользящим шагом (без палок);	нагрузок.	упражнений. Осмысление техники

			Совершенствование	Передвигаться		выполнения разучиваемых
			техники передвижения	скользящим шагом		
			скользящим шагом (с палками).	(с палками);	Развитие	заданий и упражнений.
51	Передвижение скользящим шагом (с	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения	Уметь:	самостоятельности и	Коммуникативные:
	палками). Повороты переступанием.		скользящим шагом (с	передвигаться скользящим шагом		Формирование способов
			палками). Совершенствование	(с палками);	личной ответственности	позитивного взаимодействия
			техники поворотов	выполнять повороты переступанием.	за свои поступки на	со сверстниками в парах и
	H	¥2. 5	переступанием.	-	основе представлений о	группах при разучивании
52	Чередование ступающего и скользящего шага.	Комбинированный	Обучение технике чередования	Научиться: технике чередования	нравственных нормах.	Упражнений.
	Эстафеты.		ступающего и скользящего шага.	ступающего и скользящего шага.		1
			Способствовать	Знать правила		Умение объяснять ошибки
			развитию физических качеств в эстафете.	эстафеты.		при выполнении упражнений.
53	Чередование ступающего и	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	Развитие этических	V
	скользящего шага. Повороты		техники чередования ступающего и	чередование ступающего и	чувств,	Умение управлять эмоциями
	переступанием.		скользящего шага.	скользящего шага.		при общении со сверстниками
			Совершенствование	Знать правила	доброжелательности и	и взрослыми, сохранять
			техники поворотов переступанием.	эстафеты.	эмоционально-	хладнокровие, сдержанность,
54	Подъем скользящим шагом. Спуски в	Комбинированный	Обучение технике	Научиться: технике		рассудительность.
	высокой стойке.		подъема скользящим	подъема скользящим	нравственной	
			шагом. Совершенствование	шагом. Уметь: выполнять	отзывчивости,	Умение с достаточной
			техники спусков в	спуски в высокой		полнотой и точностью
55	Подъем скользящим	Комбинированный	высокой стойке. Совершенствование	стойке. Уметь: выполнять	понимания и	выражать свои мысли в
33	шагом. Спуски в низ. Стойке.	Комоинированный	техники подъема	подъем скользящим	сопереживания чувствам	соответствии с задачами
	C Tollike.		скользящим шагом. Совершенствование	шагом; выполнять спуски в низкой	других людей.	урока, владение специальной
			техники спусков в	стойке.		терминологией.
	0		низкой стойке.			1
56	Спуски в низкой стойке. Подъем	Комбинированный	Совершенствование техники спусков в	Уметь:выполнять спуски в низкой		Регулятивные: Умение
	«лесенкой».		низкой стойке.	стойке.	Формирование	организовать
			Обучение технике подъема «лесенкой».	Научиться: технике подъема «лесенкой».		самостоятельную
57	Спуски в высокой стойке. Подъем «лесенкой».	Комбинированный	Совершенствование техники спусков в	Уметь: выполнять спуски в высокой	эстетических	деятельность с учетом

			высокой стойке. Совершенствование	стойке; выполнять подъем «лесенкой».	потребностей, ценностей	требований ее безопасности,
			техники подъема «лесенкой».		и чувств.	сохранности инвентаря и
					_	оборудования, организации
58	Попеременный двухшажный ход (без палок). Эстафеты.	Комбинированный	Обучение технике попеременно	Научиться: технике попеременно	Формирование и	мест занятий.
	narok)i seraperzii		двушажного хода. Способствовать	двушажного хода (без палок). Знать	проявление	Умение характеризовать,
			развитию физических качеств в эстафете.	правили эстафеты.	положительных качеств	выполнять задание в
59	Попеременный	Комбинированный	Совершенствование	Уметь:	личности,	соответствии с целью и
	двухшажный ход (без палок). Попеременный двухшажный ход (с	·	техники попеременно двушажного хода.	передвигаться попеременным	дисциплинированности,	анализировать технику
	палками).		-	двушажным ходом.		выполнения упражнений,
60	Попеременный двухшажный ход (с палками).	Комбинированный	Обучение технике попеременно	Научиться: технике попеременно	трудолюбия и упорства	давать объективную оценку
	Прохождение дистанции 1500 м.		двушажного хода. Развитие	двушажного хода (с палками).	в достижении	технике выполнения
			выносливости.	nankawii).	поставленной цели.	упражнений на основе
61	Чередование ступающего и	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		освоенных знаний и
	скользящего шага.		техники чередования	чередование		HWEIGHIEFOCH OILLITZ
	Эстафеты.		ступающего и	ступающего и		имеющегося опыта.
			скользящего шага. Способствовать	скользящего шага. Знать правила		Умение технически
			развитию физических	энать правила эстафеты.		у мение технически
			качеств в эстафете.	эстафсты.		правильно выполнять
62	Попеременный двухшажный ход (с	Комбинированный	Совершенствование	Уметь:		двигательные действия из
	палками). Прохождение		техники попеременно двушажного хода.	передвигаться попеременным		базовых видов спорта,
	дистанции 1500 м.		Развитие выносливости.	двушажным ходом.		использовать их в игровой и
63	Чередование	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		соревновательной
	ступающего и скользящего шага.	_	техники чередования	чередование		деятельности.
	Эстафеты.		ступающего и	ступающего и		
			скользящего шага. Способствовать	скользящего шага. Знать правила		Умение планировать
			развитию физических	эстафеты.		собственную деятельность,
	Прохожности	TC	качеств в эстафете.	***		•
64	Прохождение дистанции 1500 м.	Контроль	Учет прохождения дистанции 1500 метров.	Уметь: передвигаться		распределять нагрузку и
			дистанции 1300 метров.	попеременным		отдых в процессе ее
				двушажным ходом.		выполнения.

			Подвижные игры с элемен	тами спортивных игр		
65	Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Игровой	Повторить технику безопасности на уроках по подвижным играм. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм; Правила игры. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры. Уметь: выполнять	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением
	Ведение мяча на месте и в движении. Ведение мяча с изменением направления. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	•	техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.	величиной физических нагрузок.	упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
67	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	Развитие самостоятельности и личной ответственности	задании и упражнении. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и
68	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
69	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо двумя руками снизу. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Обучение технике бросков мяча в кольцо двумя руками снизу. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Научиться: технике бросков мяча в кольцо двумя руками снизу. Знать правила игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
70	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	доорожелательности и	

руками снизу, Совершенствование техники бросков мяча в кольцо одной рукой от плеча. Подвіжная игра «Охотники и утки». Тороевые упражнения федленный бет. О.Р.У. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Ведение на месте правой и левой рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в этсафете. Тороевые упражнения мест в задачами урока, владение специальной стехники бросков мяча кольцо днум выполнять броски мяча в кольцо дной рукой от мяча. Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу; выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой стану предачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой стану предачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой стану предачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой стану предачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении передачи и ловли мяча. Знать предачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении передачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении передачи и ловли мяча. Знать правила на месте и в движении передачи и ловли мяча. Знать правила на месте на месте на месте на месте на ме
от плеча. Подвижная игра «Охотники и Утки». Товершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в итре. Товершенствование техники бросков мяча одной рукой от плеча. Ведение на месте правой и левой рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в этем одной рукой от мяча. Ведение на месте правой и левой рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в этем одной рукой от мяча в кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в этем одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в этем одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в этем организовать самостоятельную деятельность с учетом требований е безопасности, оборудования, организации в полнотой и точностью выражать свои мысли в руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в этемеете. Торовые упражнения. Медленный ост. О.Р.У. Ловяя и передача мяча в месте и в движении. Ведение на месте совершенствование техники передачи и двумя руками снизу; выполнять комплекс ОРУ; выполнять правила игры. Оборудования, организации оборудования, организации оборудования, организации
техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических кольцо двумя руками с плеча. Ведение на месте правой и левой рукой от мяча. Способствовать развитию фузических качеств в игре. Техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре. Техники бросков мяча кольцо одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча кольцо одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча кольцо одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча кольцо одной рукой. Знать правила игры. Техники бросков мяча кольцо одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. Знать правила игры. Техники бросков мяча кольцо одной рукой. Знать правила игры. Техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. Знать правила игры. Техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. Знать правила игры. Техники передачи и ловии мяча. Выполнять комплекс ОРУ; выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. Знать правила игры. Техники передачи и ловии мяча. Выполнять комплекс оРУ; выполнять комплекс оРУ; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой от мяча. Способствование техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой от мяча. Способствование техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой от мяча. Способствование техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой от мяча. Способствование техники передачи и ловии мяча. Выполнять броски мяча в кольцо одной рукой знать правила игры. Одном объекть одном объекть объекть одном объекть одном объекть одном объекть одном объекть о
Способствовать развитию физических качеств в игре. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Ведение на месте правой и бегом. Эстафеты. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Ведение на месте правой и грем одной рукой от мяча. Способствоватье развитию физических качеств в эстафете. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Довля и передача мяча на месте и в движении. Ведение в месте оборудования понимания и урока, владение специальной терминологией. Товершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Довля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте оборудования понимания и урока, владение специальной терминологией. Товершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Довля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте оборудования понимания и урока, владение специальной техники броско мяча комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой Знать правила игры. Тороевые упражнения чувствам терминологией. Тороевые упражнения чувствам терминологией. Тороевые упражнения чувствам других людей. Регулятивные: Умение организовать комплекс ОРУ; выполнять комплекс ОРУ; выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи урока, владение специальной терминологией. Тороемые кольцо двумя руками сизу, выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи урока, владение специальной терминологией. Тороемые комплекс ОРУ; выполнять комплекс ОРУ; выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи урока, владение специальной терминологией.
развитию физических качеств в игре. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафеты. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Броски в кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от кразвитию физических качеств в эстафете. Тороевые упражнения. Медленный бет. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте Совершенствование техники передачи и ведение на месте (Совершенствование техники передачи и ведение на месте (Совершенствование техники передачи и ведение на месте (Совершенствование ведение на месте (Совершенствование техники передачи и ведение на месте (Совершенствование на месте (
Строевые упражнения медленный бет. О.Р.У. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Ведение на месте правой и левой рукой от леча. Обегом. Эстафеты. Обершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Обершенствование техники передачи и ведение на месте и в движении. Вседение на месте и в движении и довли мяча. Вседение на месте и в движении и довли мяча. Вседение на месте и в движении и довли мяча. Вседение на месте и в движении и довли мяча. Вседение на месте и в движении и довли мяча. Вседение на месте и на движении и довли мяча. Вседение на месте и движении и довли мяча. Вседение на месте и в движении и довли мяча. Вседение на месте и в движении и довли мяча. Вседение на месте и движении и довли мяча. Вседение на месте и движении и довли мяча. В движении и довли мяча в движении и довли мяча. В движении и довли мяча в движении и довли мяча. В движении и довли мяча в движение и довли мяча в движении и довли мяча в движение и мяча в кольцо двими сичзу; выполнять комплекс ОРУ; выполнять комплекс ОРУ
Медленный бег. О.Р.У. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафеты. Техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой Знать правила игры. Техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча одной рукой от мяча. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Ведение на месте и в движении. Ведение на месте и в движении. Ведение на месте и совершенствование выполнять передачи и выполнять передачи и предимяна знать передачи и предачи и предимяна знать передачи и предимяна знать передачи и передачи и передачи и передачи и передачи и предимяна знать передачи и п
кольцо двумя руками снизу. Ведение на месте правой и левой рукой от плеча. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте Ведение на месте и в движении. Ведение на месте и в движении правод по двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой Знать правила игры. Регулятивные: Умение мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой Знать правила игры. Требований ее безопасности, оборудования, организации и довли мяча. Выполнять передачи и довли мяча. Знать правила игры.
Ве́дение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафеты. Тороевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте Тороевые упражнения. Медлень и бегом. Эстафеты. Освершенствование техники передачи и ведение на месте и в движении. Ведение на месте и бегом. Эстафеты одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Освершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование оборудования, организации и ловли мяча. Выполнять передачи и ловли мяча.
Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Товари и левой рукой и движении шагом и бегом. Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники передачи и ведение на месте Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Ведение на месте Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Ведение на месте
техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Техники бросков мяча одной рукой Знать правила игры. Техники передачи и ловли мяча. Выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ведение на месте и в движении. Ведение на месте оборудования, организации и ловли мяча. Знать
одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Требований ее безопасности, Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте Одершенствование обружей Знать правила игры. Мяча в кольцо одной рукой Знать правила игры. Требований ее безопасности, Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Ведение на месте Одершенствование и ловли мяча Знать поведи м
развитию физических качеств в эстафете. 72 Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте 73 Совершенствование техники передачи и ведение на месте 74 Совершенствование техники передачи и выполнять пе
Требований ее безопасности, Тороевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте Качеств в эстафете. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча. Ведение на месте и в движении. Ведение на месте оборудования, организации оборудования, организации
Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте Ведени
Повля и передача мяча на месте и в движении. — Ведение на месте — Совершенствование и довди мяча знать повли мяча знать повди мача знать повди мяча знать повди мяча знать повди мяча знать повди мача знать по
на месте и в движении.
в движении шагом и техники ведения мяча. правила игры. потребностей, ценностей
бегом. Игра Способствовать «Охотники и утки». развитию физических умение характеризовать,
Pushime quantities and in Type Ib.
73 Строевые упражнения. Игровой Совершенствование Уметь: выполнять Медленный бег. О.Р.У. Тохумуну бромор маче Сомуную ОРУ.
Броски в кольно двумя
руками снизу. Броски кольцо двумя руками выполнять броски анализировать технику
от плеча. Эстафеты. Совершенствование руками снизу; выполнения упражнений,
техники бросков мяча выполнять броски
одной рукой от мяча. мяча в кольцо одной давать объективную оценку
Способствовать рукой. технике выполнения
развитию физических
упражнений на основе
74 Строевые упражнения. Игровой Совершенствование Уметь: выполнять медленный бег. О.Р.У. освоенных знаний и
Ведение мяча на месте Техники ведения мяча. Комплекс ОРУ;
месте и в движении.
Подвижная игра повли мяча. передачи и ловли проявление Умение технически «Попади в мяч». Способствовать мяча. Знать правила
развитию физических игры. положительных качеств правильно выполнять
качеств в игре.

двигательные действия из
ности, базовых видов спорта,
орства использовать их в игровой и
соревновательной
и поддолу и отпу
деятельности.
ели.
Умение планировать
собственную деятельность,
распределять нагрузку и
распределить нагрузку и
отдых в процессе ее
выполнения.
Умение видеть красоту
у мение видеть красоту
движений, выделять и
обосновывать эстетические
Occhobbibatib screen reckie
признаки в движениях и
передвижениях человека.
Познавательные:
авыка Осмысление, объяснение
своего двигательного опыта.
воим Осознание важности освоения
универсальных умении
янием, связанных с выполнением
еских упражнений.
Осмысление техники
выполнения разучиваемых
заданий и упражнений.
Коммуникативные:
Формирование способов позитивного взаимодействия

	мяча с изменением		развитию физических	мяча; Знать правила	Развитие	со сверстниками в парах и
	направления. Подвижная игра		качеств в игре.	игры	самостоятельности и	группах при разучивании
	«Передача мячей в					Упражнений.
	колоннах».		_		личной ответственности	Умение объяснять ошибки
81	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	за свои поступки на	при выполнении упражнений.
	Ведение мяча с		техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		Умение управлять эмоциями
	изменением направления. Ловля и		Совершенствование техники передачи и	выполнять ведение мяча; выполнять	основе представлений о	при общении со сверстниками
	передача мяча на		ловли мяча.	передачи и ловли	нравственных нормах.	и взрослыми, сохранять
	месте и в движении.		Способствовать	мяча. Знать правила		хладнокровие, сдержанность,
	Эстафеты.		развитию физических	игры		рассудительность.
			качеств в эстафете.	ПРЫ		Умение с достаточной
82	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	Развитие этических	полнотой и точностью
02	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	In posen	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	Tusbillie still teekiix	выражать свои мысли в
	Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и		Совершенствование	выполнять ведение	чувств,	соответствии с задачами
	передача мяча на		техники передачи и	мяча; выполнять	доброжелательности и	урока, владение специальной
	месте и в движении.		ловли мяча.	передачи и ловли	_	терминологией.
	Подвижная игра «Передача мячей в		Способствовать	мяча. Знать правила	эмоционально-	Регулятивные: Умение
	колоннах».		развитию физических	игры	нравственной	организовать
			качеств в игре.			самостоятельную
83	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	отзывчивости,	деятельность с учетом
	Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с		техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	понимания и	требований ее безопасности,
	изменением		Совершенствование	выполнять ведение	сопереживания чувствам	сохранности инвентаря и
	направления. Броски в		техники бросков мяча в	мяча; выполнять		оборудования, организации
	кольцо двумя руками снизу. Эстафеты.		кольцо двумя руками	броски мяча в	других людей.	мест занятий.
	опизу. Эстафеты.		снизу. Способствовать	кольцо двумя руками		Умение характеризовать,
			развитию физических	снизу; Знать правила		выполнять задание в
	C		качеств в эстафете.	игры.	_	соответствии с целью и
84	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	Формирование	анализировать технику
	Броски в кольцо двумя		техники бросков мяча	комплекс ОРУ;		выполнения упражнений,
	руками снизу. Броски		кольцо двумя руками	выполнять броски	эстетических	давать объективную оценку
	в кольцо одной рукой от плеча. Подвижная		снизу.	мяча в кольцо двумя	потребностей, ценностей	технике выполнения
	игра «Охотники и		Совершенствование	руками снизу;		упражнений на основе
	утки».		техники бросков мяча одной рукой от мяча.	выполнять броски мяча в кольцо одной	и чувств.	освоенных знаний и
			Способствовать	рукой. Знать правила		имеющегося опыта.
			развитию физических	**		Умение технически
			качеств в игре.	игры.		правильно выполнять
85	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	Формирование и	двигательные действия из
0.5	Медленный бег. О.Р.У.	ти ровои	техники бросков мяча	комплекс ОРУ;	проявление	базовых видов спорта,
	Броски в кольцо одной рукой от плеча.		кольцо двумя руками	выполнять броски	прольнение	использовать их в игровой и
	Ведение на месте		снизу.	мяча в кольцо двумя	положительных качеств	соревновательной
	правой и левой рукой		Совершенствование	руками снизу;	личности,	деятельности.
	в движении шагом и бегом. Эстафеты.		техники бросков мяча	выполнять броски	Jiii iiieeiii,	Умение планировать
	остом. Эстафеты.		одной рукой от мяча.	1		

			Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	мяча в кольцо одной рукой. Знать правила игры.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства	собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее
86	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Подвижная игра «Охотники и утки».	Игровой	Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять передачи и ловли мяча. Знать правила игры.	в достижении поставленной цели.	выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
87	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Броски в кольцо двумя руками снизу. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Эстафеты.	Игровой	Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; выполнять броски мяча в кольцо одной рукой. Знать правила игры.		
			Легкая атлетика и крос			
88	Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения.	Комбинированный	Повторение техники безопасности на уроках по легкой атлетике.	Знать: правила поведения на уроке по легкой атлетике.	Формирование навыка	Познавательные: Осмысление, объяснение
	Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Бег 30		Совершенствование техники бега на 30	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	систематического	своего двигательного опыта. Осознание важности освоения
	м. Поднимание и опускание туловища за 30 секунд.		метров с высокого старта. Развитие скоростно-силовых	бегать с высокого старта 30 метров; Выполнять силовые	наблюдения за своим	универсальных умений связанных с выполнением
89		Контроль	качеств. Учет техники бега на	упражнения. Уметь: выполнять	физическим состоянием,	упражнений.
09	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 30 м. Прыжок в длину с места.	контршь	30 метров. Совершенствование техники прыжков в длину с места.	комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 30 метров; выполнять комплекс ОРУ; выполнять	величиной физических нагрузок.	Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: Формирование способов
				прыжков в длину с места.	Развитие	позитивного взаимодействия
90	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 60 м. Метание мяча.	Комбинированный	Совершенствование техники бега на 60 метров. Совершенствование техники метения мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать с высокого старта 60 метров; выполнять метание	самостоятельности и	со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений.

				\/ ave ve =======		
91	Строевые упражнения.	Комбинированный	Совершенствование	мяча на дальность. Уметь: выполнять	личной ответственности	Умение объяснять ошибки
	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комонтированный	техники бега 60 метров.	комплекс ОРУ;		при выполнении упражнений.
	Бег 60 м. Прыжок в длину с места.		Совершенствование	бегать с высокого	за свои поступки на	Умение управлять эмоциями
			техники прыжков в	старта 60 метров;		при общении со сверстниками
			длину с места.	выполнять прыжков в длину с места.	основе представлений о	и взрослыми, сохранять
92	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		хладнокровие, сдержанность,
)2	Медленный бег. О.Р.У. Метание мяча.	,	техники метания мяча.	комплекс ОРУ;	нравственных нормах.	рассудительность.
	Поднимание и		Развитие скоростно-	выполнять метание		Умение с достаточной
	опускание туловища за 30 секунд.		силовых качеств.	мяча на дальность.	Развитие этических	полнотой и точностью
93	Строевые упражнения.	Комбинированный	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять	T dobnine of h leekhx	выражать свои мысли в
	Медленный бег. О.Р.У. Наклон вперед из	•	силовых качеств.	комплекс ОРУ;	чувств,	соответствии с задачами
	положения сед на		Развитие	бегать на средние	тувств,	
	полу; сгибание и разгибание рук в		выносливости.	дистанции.	побромонатан насти и	урока, владение специальной
	упоре лежа. Бег на 500				доброжелательности и	терминологией.
94	м. Строевые упражнения.	Контроль	Учет техники прыжков	Уметь: выполнять		Регулятивные: Умение
94	Медленный бег. О.Р.У.	Контроль	в длину с места.	комплекс ОРУ;	эмоционально-	организовать
	Прыжок в длину с места. Метание мяча.		Совершенствование	выполнять прыжков		самостоятельную
			техники метания мяча.	в длину с места;	нравственной	деятельность с учетом
				выполнять метание		требований ее безопасности,
95	Строевые упражнения.	Комбинированный	Совершенствование	мяча на дальность Уметь: выполнять	отзывчивости,	сохранности инвентаря и
	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	томонированиви	техники прыжков в	комплекс ОРУ;		оборудования, организации
	Прыжок в длину с разбега. Поднимание и		длину с разбега.	выполнять прыжков	понимания и	мест занятий.
	опускание туловища за 30 секунд.		Развитие скоростно-	в длину с разбега.		Умение характеризовать,
06		I/ ayymm a yy	силовых качеств.	Viceria	сопереживания чувствам	выполнять задание в
96	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Контроль	Учет техники метания мяча. Развитие	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		соответствии с целью и
	Метание мяча. Наклон вперед из		скоростно-силовых	выполнять метание	других людей.	
	положения сед на		качеств.	мяча на дальность.		анализировать технику
	полу; сгибание и разгибание рук в					выполнения упражнений,
	упоре лежа.					давать объективную оценку
97	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		технике выполнения
	Прыжок в длину с		техники прыжков в длину с разбега.	комплекс ОРУ;выполнять	Формирование	упражнений на основе
	разбега. Бег на 500 м.		Развитие	прыжков в длину с		освоенных знаний и
			выносливости.	разбега. Бегать на	эстетических	имеющегося опыта.
				средние дистанции.	Sololli lookiin	Умение технически
98	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Развитие скоростно-	Уметь: выполнять		правильно выполнять
	Поднимание и		силовых качеств.	комплекс ОРУ; выполнять силовые		двигательные действия из
	опускание туловища за			выполнять силовые		

99	30 секунд. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Строевые упражнения.	Комбинированный	Совершенствование	упражнения. Уметь: выполнять	потребностей, ценностей и чувств.	базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной
	Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	•	техники прыжков в длину с разбега. Способствовать развитию физических качеств в игре.	комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега. Знать правила игры.	Формирование и проявление	деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее
100	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег на 500 м. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	Комбинированный	Развитие выносливости. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции. Знать правила игры.	положительных качеств личности,	выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и
101	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину с разбега. Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	Контроль	Учет техники прыжков в длину с разбега. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега. Знать правила игры.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства	обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
102	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег на 1500 м.	Контроль	Учет бега на выносливость.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции.	в достижении поставленной цели.	

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 4 класс

No॒	Дата	Тема, содержание	Тип урока	Цели и задачи урока		Планируемые резул	ьтаты
ПП		урока			Предметные	Личностные	Метапредметные
				I четверт	.P		
				Легкая атлетика и кросс	овая подготовка		
1		Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые	Вводный	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по легкой атлетике.	Знать: Правила поведения на уроке по легкой	Формирование навыка	Познавательные: Осмысление, объяснение своего
		упражнения.		Обучение технике	атлетике.	систематического	объяснение своего
		Медленный бег. О.Р.У. Высокий		стартового разгона. Совершенствование	Научиться: технике стартового разгона.	наблюдения за своим	двигательного опыта.
		старт. Стартовый разгон. Бег 30 м.		техники бега на 30 метров с высокого старта.	Уметь: бегать 30 метров с высокого	физическим	Осознание важности освоения
					старта. Уметь: выполнять	состоянием, величиной	универсальных умений связанных с выполнением
2		Строевые	Комбинированный	Развитие выносливости.	комплекс ОРУ; Уметь: выполнять	физических нагрузок.	упражнений.
		упражнения. Медленный бег.		Совершенствование техники стартового	комплекс ОРУ; правильно		Осмысление техники
		О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин.		разгона. Совершенствование	выполнять стартовый разгон;		выполнения разучиваемых
		Стартовый разгон. Бег 60 м.		техники бега на 60 метров.	бегать 60 метров с высокого старта.	Развитие	заданий и упражнений.
3		Строевые	Контроль	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять	самостоятельности и	Коммуникативные:
		упражнения. Медленный бег.	Rompons	Учет техники бега 30	комплекс ОРУ; бегать 30 метров с	личной	Формирование способов
		О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин.		метров с высокого старта.	высокого старта.	ответственности за	позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах
		Высокий старт. Бег 30 м.				свои поступки на	при разучивании
4		Строевые упражнения.	Контроль	Совершенствование техники стартового	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	основе представлений	Упражнений.
		Медленный бег. О.Р.У. Стартовый		разгона. Учет техники бега 60 метров.	правильно выполнять	о нравственных	Умение объяснять ошибки при
		разгон. Бег 60м.			стартовый разгон; бегать 60 метров с высокого старта.		выполнении упражнений.

5	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	нормах.	Умение управлять эмоциями
	упражнения.	*	техники прыжков в длину.	комплекс ОРУ;	1	
	Медленный бег.		Способствовать развитию	выполнять прыжков		при общении со сверстниками
	О.Р.У. Прыжок в		физических качеств в	в длину с места.		и взрослыми, сохранять
	длину (способом		эстафете.	Знать правила		хладнокровие, сдержанность,
	согнув ноги).			эстафеты.	Развитие этических	
	Эстафеты.	TC		**	1 49211110 9 111 10 11111	рассудительность.
6	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	чувств,	
	упражнения. Медленный бег.		техники прыжков в длину. Обучение технике	комплекс ОРУ; выполнять прыжков	•	Умение с достаточной
	О.Р.У. Прыжок в		тройного прыжка с места.	выполнять прыжков в длину с места;	доброжелательности и	полнотой и точностью
	длину (способом		троиного прыжка с места.	Научиться: технике		DATE OF THE OWNER OWNER OF THE OWNER
	согнув ноги).			тройного прыжка с	эмоционально-	выражать свои мысли в
	Тройной прыжок с			места.	<u>~</u>	соответствии с задачами урока,
	места.				нравственной	владение специальной
7	Строевые	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять	отзывчивости,	тормино пориой
	упражнения.		Совершенствование	комплекс ОРУ;	orsaid macern,	терминологией.
	Медленный бег.		техники тройного прыжка	выполнять тройной	понимания и	D V
	О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин.		с места.	прыжок с места.		Регулятивные: Умение
	Тройной прыжок с				сопереживания	организовать самостоятельную
	места.					деятельность с учетом
8	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	чувствам других	•
	упражнения.	_	техники прыжка в длину.	комплекс ОРУ;	людей.	требований ее безопасности,
	Медленный бег.		Способствовать развитию	выполнять прыжков	люден.	сохранности инвентаря и
	О.Р.У. Прыжок в		физических качеств в	в длину с места.		оборудования, организации
	длину (способом		игре.	Знать правила игры.		
	согнув ноги).					мест занятий.
	Подвижная игра с элементом легкой				Формирование	77
	элементом легкои атлетики.				Формирование	Умение характеризовать,
9	Строевые	Контроль	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять	эстетических	выполнять задание в
	упражнения.	1	Учет техники тройного	комплекс ОРУ;		соответствии с целью и
	Медленный бег.		прыжка с места.	выполнять тройной	потребностей,	·
	О.Р.У. Равномерный		_	прыжок с места.		анализировать технику
	бег 5-6 мин.				ценностей и чувств.	выполнения упражнений,
	Тройной прыжок с					давать объективную оценку
10	места.	L arranga arr	V	V		
10	Строевые упражнения.	Контроль	Учет техники прыжков в длину. Способствовать	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		технике выполнения
	упражнения. Медленный бег.		развитию физических	выполнять прыжков	Формирование и	упражнений на основе
	О.Р.У. Прыжок в		качеств в эстафете.	в длину с места.		освоенных знаний и
	длину (способом		and itself a social pore.	Знать правила	проявление	освоенных эпании и
	согнув ноги).			эстафеты.		

		Эстафеты.				положительных	имеющегося опыта.
11		Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		
		упражнения.	_	техники метания мяча на	комплекс ОРУ;	качеств личности,	Умение технически правильно
		Медленный бег.		дальность.	выполнять метание		_
		О.Р.У. Бросок мяча		Способствовать развитию	мяча на дальность.	дисциплинированност	выполнять двигательные
		на дальность.		физических качеств в	Знать правила игры.	_	действия из базовых видов
		Подвижная игра с		игре.		и, трудолюбия и	спорта, использовать их в
		элементом легкой атлетики.				упорства в достижении	
12		Строевые	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять	упоретва в достижении	игровой и соревновательной
12		упражнения.	Tto://oriningopulification	Совершенствование	комплекс ОРУ;	поставленной цели.	деятельности.
		Медленный бег.		техники метания мяча на	выполнять метание	,	
		О.Р.У. Равномерный		дальность. Обучение	мяча на дальность;		Умение планировать
		бег 5-6 мин. Бросок		технике метания мяча на	Научиться: технике		собственную деятельность,
		мяча на дальность.		точность.	метания мяча на		сооственную деятельность,
		Бросок мяча на			точность.		распределять нагрузку и отдых
		точность.					в процессе ее выполнения.
13		Строевые	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять		
		упражнения.		Способствовать развитию	комплекс ОРУ;		Умение видеть красоту
		Медленный бег.		физических качеств в	Знать правила игры.		
		О.Р.У. Бег 1500 м.		игре.			движений, выделять и
		Подвижная игра с					обосновывать эстетические
		элементом легкой атлетики.					
14		Строевые	Контроль	Учет техники метания	Уметь: выполнять		признаки в движениях и
14		упражнения.	Контроль	мяча на дальность.	комплекс ОРУ;		передвижениях человека.
		медленный бег.		Совершенствование	выполнять метание		-
		О.Р.У. Бросок мяча		техники метания мяча на	мяча на		
		на дальность. Бросок		точность.	дальность;выполнят		
		мяча на точность.		10 1110 0121	ь метание мяча на		
					точность.		
15	l .	Строевые	Контроль	Контроль бега на	Уметь: выполнять		
		упражнения.		выносливость.	комплекс ОРУ;		
		Медленный бег.		Способствовать развитию	Бегать на средние		
		О.Р.У. Бег 1500 м.		физических качеств в	дистанции.		
		Эстафеты.		эстафете.	Знать правила		
					эстафеты.		
				Подвижные игры с элемент			
16		Т.Б. на уроке по	Вводный	Ознакомить с техникой	Знать:	Φ	П
		подвижным играм.		безопасности на уроках по	Правила поведения	Формирование навыка	Познавательные: Осмысление,
		Строевые		подвижным играм.	на уроке по		объяснение своего
		упражнения.		Совершенствование	подвижным играм.	систематического	двигательного опыта.
		Медленный бег.		техники ведения мяча.	Уметь: выполнять		Осознание важности освоения
		О.Р.У. Ведение мяча		Способствовать развитию	комплекс ОРУ;		

на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. 17 Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча О.Р.У. Ведение мяча Окративного в заданий и универсалы освязанных с наблюдения за своим универсалы связанных с на упражна остоянием, величиной осмысления разаданий и универсалы освязанных с наблюдения за своим образанных с на	выполнением нений. че техники разучиваемых пражнений. кативные:
на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. 17 Строевые Игровой Совершенствование упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча Совершенствование техники передачи и ловли мяча; выполнять мяча; выполнять позитивного вза позитивно	нений. ие техники разучиваемых пражнений. кативные: ие способов имодействия со
левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. 17 Строевые Игровой Совершенствование упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча Совершенствование техники передачи и ловли	ие техники разучиваемых пражнений. кативные: име способов имодействия со
движении шагом и бегом. Эстафета. 17 Строевые Игровой Совершенствование упражнения. 18 Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча Осмысления выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение оргонизация и ловли мяча; выполнять ведение мяча позитивного вза позитивно	разучиваемых пражнений. кативные: име способов имодействия со
бегом. Эстафета. 17 Строевые Игровой Совершенствование уметь: выполнять комплекс ОРУ; Медленный бег. Совершенствование О.Р.У. Ведение мяча Техники передачи и ловли мяча; выполнять позитивного вза	разучиваемых пражнений. кативные: име способов имодействия со
17 Строевые Игровой Совершенствование уметь: выполнять упражнения. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение оружений бег. О.Р.У. Ведение мяча техники передачи и ловли мяча; выполнять позитивного вза	пражнений. кативные: ие способов имодействия со
упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча Техники передачи и ловли	сативные: пие способов пимодействия со
Медленный бег. Совершенствование выполнять ведение Формирован техники передачи и ловли мяча; выполнять позитивного вза	ие способов имодействия со
О.Р.У. Ведение мяча Совершенствование выполнять ведение Формирован техники передачи и ловли мяча; выполнять позитивного вза	ие способов имодействия со
О.Р. у. Ведение мяча техники передачи и ловли мяча; выполнять позитивного вза	имодействия со
Тария и повти и	парах и группах
I I HAIDARDEHUN HORDS I I MANA I I I	
и передача мяча на Знать правила игры. Развитие при разу	чивании
месте и в движении.	пепий
Подвижная игра	пспии.
«Пасовка	ять ошибки при
волейболистов».	
18 Строевые Игровой Совершенствование Уметь: выполнять	/ F
упражнения. техники ведения мяча. комплекс ОРУ; ответственности за Умение управл	имкидоме аткі
Медленицій бег Соредіненстворание выполнять редение при общении со	о сверстниками
О.Р.У. Ведение мяча техники передачи и ловли мяча; выполнять свои поступки на и взрослыми	-
на месте и в мяча Способствовать перелачи и повли Хлалнокровие.	
движении. Ловля и развитию физических мяча. основе представлений рассудите	
передана мана на канестр в астафете Знать правына игры	
месте и в движении.	остаточной
Эстафета.	точностью
19 Строевые Игровой Совершенствование Уметь: выполнять нормах. выражать св	зои мысли в
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	адачами урока,
упражнения.	• •
Медленный бег. Способствовать развитию выполнять ведение термино	логией.
О.Г. У. Бедение мяча физических качеств в мяча,	
с изменением игре. Знать правила игры. Регулятивн	ые: Умение
направления. Развитие этических организовать са	мостоятельную
Ведение на месте деятельност	гь с учетом
правой и левой чувств, требований ее	
рукой в движении сохранности	
шагом и бегом. Доброжелательности и оборудования	
Подвижная игра мест за	•
«Пасовка эмоционально-	
волейболистов». Умение хара	ктеризовать,
20 Строевые Игровой Совершенствование Уметь: выполнять нравственной выполнять	•
упражнения. техники ведения мяча. комплекс ОРУ; соответстви	и с целью и
Медленный бег. Совершенствование выполнять ведение отзывчивости, анализирова	ать технику
О.Р.У. Ведение мяча техники бросков мяча мяча; выполнения з	•
на месте и в кольцо двумя руками выполнятьбросков	

давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе
освоенных знаний и
х имеющегося опыта.
Умение технически правильно
выполнять двигательные
действия из базовых видов
спорта, использовать их в
игровой и соревновательной
деятельности.
Умение планировать
собственную деятельность,
распределять нагрузку и отдых
в предосо со выполным
тв. Умение видеть красоту
движений, выделять и
обосновывать эстетические
признаки в движениях и
передвижениях человека.
И
(
и,
ност
и
ении
и.
II II

	шагом и бегом. Ловля и передача мяча на месте и в		качеств эстафете.	Знать правила игры.		
	движении. Эстафета.		II четвер			
			Гимнастика с элемента			
25	ТБ на уроке по	Вводный	Ознакомить с техникой	Знать: технику		
	гимнастике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические		безопасности на уроках по гимнастике. Обучение технике выполнения акробатических упражнений. Выполнить:	безопасности на уроках по гимнастике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	Формирование навыка систематического	Познавательные: Осознание важности освоения
	упражнения. Висы и упоры.		Висы и упоры.	Научиться: технике выполнения акробатических	наблюдения за своим	универсальных умений
				упражнений; Выполнять упражнения в висе	физическим	связанных с выполнением
26	Строевые	Комбинированный	Обучение технике лазания	и упоре. Уметь: выполнять	состоянием, величиной	организующих упражнений.
	упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по		по канату. Выполнить: Упражнения в равновесии.	комплекс ОРУ; выполнять упражнения в	физических нагрузок.	Осмысление техники
	канату в три приема. Упражнение на равновесие (на			равновесии Научиться: технике лазания по канату.		выполнения разучиваемых
07	бревне).	V 5	D.	-		акробатических комбинаций и
27	Строевые упражнения. Медленный бег.	Комбинированный	Развитие ловкости. Выполнить: Висы и упоры.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнить	Развитие этических	упражнений.
	О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Висы и упоры.			упражнения в висе и упоре.	чувств,	Осмысление правил
28	Строевые упражнения.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	доброжелательности и	безопасности (что можно
	Медленный бег. О.Р.У. Акробатические		акробатических упражнений. Выполнить: Упражнения в	выполнить акробатические упражнения;	эмоционально-	делать и что опасно делать) при
	упражнения. Упражнение на		равновесии.	упражнения, выполнить упражнения в	нравственной	выполнении акробатических,
	равновесие (на бревне).			равновесии.	отзывчивости,	гимнастических упражнений,
29	Строевые упражнения.	Комбинированный	Развитие ловкости. Выполнить: Висы и	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		

	Медленный бег.		упоры.	Выполнить	понимания и	комбинаций.
	О.Р.У. Преодоление			упражнения в висе		
	полосы препятствий.			и упоре.	сопереживания	
	Висы и упоры.				сопереживания	
30	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		
	упражнения.		техники лазания по	комплекс ОРУ;	чувствам других	Коммуникативные:
	Медленный бег.		канату. Обучение технике	выполнять лазание		
	О.Р.У. Лазанье по		опорного прыжка.	по канату;	людей.	Формирование способов
	канату в три приема.			Научиться технике	люден.	Формпрование спосооб
	Опорный прыжок.			выполнения		
				опорного прыжка.		позитивного взаимодействия со
31	Строевые	Комбинированный	Развитие ловкости.	Уметь: выполнять		
	упражнения.		Совершенствование	комплекс ОРУ;		сверстниками в парах и группах
	Медленный бег.		техники опорного	Выполнить		
	О.Р.У. Преодоление		прыжка.	опорный прыжок.		
	полосы препятствий.				Формирование	при разучивании
	Опорный прыжок.					
32	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	эстетических	Акробатических упражнений.
	упражнения.		техники выполнения	комплекс ОРУ;		Timpood III Tookiin yiipaakiioiiiiii
	Медленный бег.		акробатических	выполнить	_	
	О.Р.У.		упражнений. Выполнить:	акробатические	потребностей,	Умение объяснять ошибки при
	Акробатические		Висы и упоры.	упражнения;		
	упражнения. Висы и			Выполнять	ценностей и чувств.	выполнении упражнений.
	упоры.			упражнения в висе		J
				и упоре.		
33	Строевые	Комбинированный	Выполнить:	Уметь: выполнять		
	упражнения.		Упражнения в	комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.		равновесии.	выполнить		Регулятивные: Формирование
	О.Р.У. Упражнение		Совершенствование	упражнения в		
	на равновесие (на		техники опорного	равновесии;		
	бревне). Опорный		прыжка.	Выполнить	Формирование и	умения выполнять задание в
	прыжок.			опорный прыжок.		
34	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	проявление	соответствии с поставленной
	упражнения.		техники лазания по	комплекс ОРУ;	-	
	Медленный бег.		канату. Развитие	выполнять лазание	TO TOWAY	
	О.Р.У. Лазанье по		скоростно-силовых	по канату;	положительных	целью.
	канату в три приема.		качеств.	выполнить прыжки		
	Прыжки через			через скакалку.	качеств личности,	Способы организации рабочего
	скакалку.	Y	-			
35	Строевые	Комбинированный	Развитие ловкости.	Уметь: выполнять	пиониппиниморонисся	Маста
	упражнения.		Выполнить: Упражнения в	комплекс ОРУ;	дисциплинированност	места.
	Медленный бег.		равновесии.	выполнить		
	О.Р.У. Преодоление			упражнения в		
	полосы препятствий.			равновесии.		

	Упражнение на равновесие (на				и, трудолюбия и	Формирование умения
26	бревне).	16 6		**	упорства в достижении	понимать причины успеха
36	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические	поставленной цели.	/неуспеха учебной
	Акробатические упражнения. Опорный прыжок.		Совершенствование техники опорного прыжка.	упражнения; Выполнить опорный прыжок.		деятельности и способности
37	Строевые упражнения.	Контроль	Выполнить: Упражнения на брусьях. Учет	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		конструктивно действовать
	Медленный бег. О.Р.У. Упражнения		физических качеств.	Научиться технике выполнения		даже в ситуациях неуспеха.
	на брусьях. Подтягивание (м), наклон туловища			упражнений на брусьях.		Формирование умения
38	вперёд (д). Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		планировать, контролировать и
	упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по		техники лазания по канату. Выполнить: Упражнения на брусьях.	комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату;		оценивать учебные действия в
	канату в три приема. Упражнения на брусьях.			выполнять упражнения на брусьях.		соответствии с поставленной
39	Строевые упражнения.	Комбинированный	Выполнить: Висы и упоры. Развитие	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		задачей и условиями ее
	Медленный бег. О.Р.У. Висы и		скоростно-силовых качеств.	Выполнять упражнения в висе		реализации; определять
	упоры. Прыжки через скакалку.			и упоре; выполнить прыжки через скакалку.		наиболее эффективные способы
40	Строевые упражнения.	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на брусьях. Развитие:	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		достижения результата.
	Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на брусьях.		силы, гибкости.	выполнять упражнения на брусьях.		Овладение логическими
	Подтягивание (м), наклон туловища			оручил.		действиями сравнения, анализа,
41	вперёд (д). Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У.	Контроль	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений. Учет	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические		синтеза, обобщения,

	Акробатические		освоения техники лазания	упражнения;	классификации по родов
	упражнения. Лазанье по канату в три приема.		по канату.	выполнять лазание по канату.	признакам, установлен
42	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Прыжки через скакалку.	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на брусьях. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на брусьях; выполнить прыжки через	аналогий и причинно следственных связей
43	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Опорный прыжок.	Контроль	Развитие ловкости. Учет освоения техники опорного прыжка.	скакалку. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Выполнить опорный прыжок.	построения рассуждени отнесения к известны понятиям.
44	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Челночный бег 3х10.	Комбинированный	Выполнить: Упражнения на брусьях. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на брусьях.	
45	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Лазанье по канату в три приема.	Контроль	Учет освоения техники выполнения акробатических упражнений. Совершенствование техники лазания по канату.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения; выполнять лазание по канату.	
46	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнение на равновесие (на бревне). Челночный бег 3х10.	Комбинированный	Выполнить: Упражнения в равновесии. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения в равновесии.	
47	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнение	Комбинированный	Выполнить: Упражнения в равновесии. Развитие силы, гибкости.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения в	

	vo manyanaava (va			# O D Y O D O O Y Y Y		
	на равновесие (на			равновесии.		
	бревне).					
	Подтягивание (м),					
	наклон туловища					
40	вперёд (д).	TC.	**	**		
48	Строевые	Контроль	Учет физических качеств.	Уметь: выполнять		
	упражнения.			комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.			выполнять силовые		
	О.Р.У. Подтягивание			упражнения.		
	(м), наклон					
	туловища вперёд (д).					
	Челночный бег 3x10.					
				нетверть		
				и подготовка		
49	ТБ на уроке по	Вводный	Ознакомить с техникой	Знать:	Φ	П
	лыжной подготовке.		безопасности на уроках по	Правила поведения	Формирование навыка	Познавательные: осмысление,
	Повороты		лыжной подготовке.	на уроке по лыжной		объяснение своего
	переступанием.		Совершенствование	подготовке.	систематического	
	Подъем «лесенкой».		техники поворотов	Уметь: выполнять	_	двигательного опыта.
			переступанием.	повороты	наблюдения за своим	
			Совершенствование	переступанием.	,	Осознание важности освоения
			техники подъёмов	Выполнять подъем	физическим	
			лесенкой.	«лесенкой».		универсальных умений
50	Подъем «лесенкой».	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	состоянием, величиной	связанных с выполнением
	Спуски в низкой		техники подъемов	подъем		VIIDOVIIAUHŬ
	стойке.		«лесенкой».	«лесенкой»;выполн	физических нагрузок.	упражнений.
			Совершенствование	ять спуски в низкой		
			техники спусков в низкой	стойке.		Осмысление техники
			стойке.			выполнения разучиваемых
51	Подъем	Комбинированный	Обучение технике	Научиться: технике		1 ,
	«полуелочкой».		подъемов «полуелочкой».	подъемов	Развитие	заданий и упражнений.
	Спуски в высокой		Совершенствование	«полуелочкой».		
	стойке.		техники спусков в	Уметь: выполнять	самостоятельности и	Коммуникативные:
			высокой стойке.	спуски в высокой		Формирование способов
				стойке.	личной	Формирование спосооов
52	Подъем	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		позитивного взаимодействия со
	«полуелочкой».		техники подъемов	подъемы	ответственности за	сверстниками в пороч и группоч
	Спуски в низкой		«полуелочкой».	«полуелочкой»;		сверстниками в парах и группах
	стойке.		Совершенствование	Выполнять спуски в	свои поступки на	при разучивании
			техники спусков в низкой	низкой стойке.		
			стойке.		основе представлений	Упражнений.
53	Подъем «лесенкой».	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	L -U	
	Спуски в высокой		техники подъемов	подъем		

		1			1	
	стойке.		«лесенкой».	«лесенкой»;	о нравственных	Умение объяснять ошибки при
			Совершенствование	выполнять спуски в высокой стойке.	Homew	выполнении упражнений.
			техники спусков в высокой стойке.	высокои стоике.	нормах.	
54	Одновременный	Комбинированный	Обучение технике	Научиться: технике		Умение управлять эмоциями
	одношажный ход.		одновременно	одновременно		при общении со сверстниками
	Торможение		одношажного хода.	одношажного хода;		и взрослыми, сохранять
	«плугом».		Обучение технике	технике	Развитие этических	
			торможения «плугом».	торможения «плугом».		хладнокровие, сдержанность,
55	Одновременный	Комбинированный	Совершенствование	Уметь:	чувств,	рассудительность.
	одношажный ход.	•	техники одновременно	передвигаться в	# o 6 m o 14 o 15	
	Торможение упором.		одношажного хода.	одновременном	доброжелательности и	Умение с достаточной
			Обучение технике	одношажном ходе.	эмоционально-	полнотой и точностью
			торможения упором.	Научиться: технике		
				торможения	нравственной	выражать свои мысли в
56	Одновременный	Комбинированный	Совершенствование	упором. Уметь:		соответствии с задачами урока,
50	одношажный ход.		техники одновременно	передвигаться в	отзывчивости,	владение специальной
	Торможение		одношажного хода.	одновременном	пошимания и	терминологией.
	«плугом».		Совершенствование	одношажном ходе;	понимания и	терминологией.
			техники торможения	выполнять	сопереживания	Регулятивные: Умение
			«плугом».	торможение	1	-
57	Попеременный	Комбинированный	Совершенствование	«плугом». Уметь:	чувствам других	организовать самостоятельную
31	двухшажный ход.	Комонированиви	техники попеременно	передвигаться	v	деятельность с учетом
	Торможение упором.		двушажного хода.	попеременным	людей.	требований ее безопасности,
			Совершенствование	двушажным ходом;		_
			техники торможения	выполнять		сохранности инвентаря и
			упором	торможение		оборудования, организации
58	П	Комбинированный	C	упором. Уметь:	Формирование	мест занятий.
38	Попеременный двухшажный ход.	Комоинированныи	Совершенствование техники попеременно	у меть: передвигаться	Формирование	
	Торможение		двушажного хода.	попеременным	эстетических	Умение характеризовать,
	«плугом».		Совершенствование	двушажным ходом;		
			техники торможения	выполнять	потребностей,	выполнять задание в
			плугом.	торможение		соответствии с целью и
50	П	Vov6mmenov	C	плугом.	ценностей и чувств.	анализировать технику
59	Попеременный двухшажный ход.	Комбинированный	Совершенствование техники попеременно	Уметь:		выполнения упражнений,
	Торможение упором.		двушажного хода.	передвигаться попеременным		
	Topmomentie Jitopowi.		Совершенствование	двушажным ходом;		давать объективную оценку
			техники торможения	выполнять		технике выполнения
			упором	торможение		

				упором.	Формирование и	упражнений на основе
60	Повороты	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		освоенных знаний и
	переступанием.		техники поворотов	повороты	проявление	освоенных знании и
	Эстафеты.		переступанием.	переступанием.		имеющегося опыта.
			Способствовать развитию	Знать правила	положительных	
			физических качеств в	эстафеты.		Умение технически правильно
			эстафете.		качеств личности,	D. 170 T.
61	Одновременный	Комбинированный	Совершенствование	Уметь:		выполнять двигательные
	одношажный ход.		техники одновременно	передвигаться	дисциплинированност	действия из базовых видов
	Эстафеты.		одношажного хода.	одновременным	_	спорта использовать их в
			Способствовать развитию	одношажным	и, трудолюбия и	спорта, использовать их в
			физических качеств в	ходом; Знать		игровой и соревновательной
62	H	TC C	эстафете.	правила эстафеты.	упорства в достижении	деятельности.
62	Прохождение	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь:	поставленной цели.	деятельности.
	дистанции до 2,5 км.			передвигаться	поставленной цели.	Viceria Historia operi
				попеременным		Умение планировать
62	Поттом от солит ий	Комбинированный	Concentration and the	двушажным ходом; Уметь:		собственную деятельность,
63	Попеременный двухшажный ход.	Комоинированныи	Совершенствование техники попеременно	у меть: передвигаться		распределять нагрузку и отдых
	двухшажный ход. Эстафеты.		двушажного хода.	попеременным		распределить нагрузку и отдых
	Эстафеты.		Способствовать развитию	двушажным ходом.		в процессе ее выполнения.
			физических качеств в	Знать правила		
			эстафете.	эстафеты.		
64	Прохождение	Контроль	Учет прохождения	Уметь:		
	дистанции до 2,5 км.	Ttellipelib	дистанции 2500 метров.	передвигаться		
	7			одновременным		
				одношажным ходом		
<u> </u>			Подвижные игры с эл	ементами спортивных	игр	
65	Т.Б. на уроке по	Игровой	Повторение техники	Знать: технику		
	подвижным играм.		безопасности на уроках по	безопасности на	Формирование навыка	Познавательные: Осмысление,
	Строевые		подвижным играм.	уроках по		_
	упражнения.		Совершенствование	подвижным играм;	систематического	объяснение своего
	Медленный бег.		техники ведения мяча.	Уметь: выполнять	_	
	О.Р.У. Ведение мяча		Способствовать развитию	комплекс ОРУ;	наблюдения за своим	двигательного опыта.
	на месте и в		физических качеств в	выполнять ведение	1	
	движении. Ведение		эстафете.	мяча; Знать правила	физическим	Осознание важности освоения
	на месте правой и			игры	200000000000000000000000000000000000000	осознание важности освоения
	левой рукой в				состоянием, величиной	универсальных умений
	движении шагом и				физических нагрузок.	James Permission James Inc.
	бегом. Эстафета.	TT 0		37	физических нагрузок.	связанных с выполнением
66	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять		- Daniel Common
	упражнения.		техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение		
	О.Р.У. Ведение мяча		техники передачи и ловли	мяча; выполнять		

	с изменением		мяча.	передачи и ловли		упражнений.
	направления. Ловля и			мяча.		
	передача мяча на					
	месте и в движении.				Развитие	Осмысление техники
	Подвижная игра					
	«Пасовка				самостоятельности и	выполнения разучиваемых
	волейболистов».					
67	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	личной	заданий и упражнений.
	упражнения.	_	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.		Совершенствование	Уметь: выполнять	ответственности за	I.
	О.Р.У. Ведение мяча		техники передачи и ловли	комплекс ОРУ;		Коммуникативные:
	на месте и в		мяча. Способствовать	выполнять ведение	свои поступки на	Фанцинарация анадабар
	движении. Ловля и		развитию физических	мяча; выполнять		Формирование способов
	передача мяча на		качеств в эстафете.	передачи и ловли	основе представлений	позитивного взаимодействия со
	месте и в движении.			мяча. Знать правила		позитивного взаимодеиствия со
	Эстафета.			игры.	о нравственных	сверстниками в парах и группах
68	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять		сверстниками в парах и группах
	упражнения.		техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	нормах.	при разуширании
	Медленный бег.		Способствовать развитию	выполнять ведение		при разучивании
	О.Р.У. Ведение мяча		физических качеств в	мяча; Знать правила		
	с изменением		игре.	игры		Упражнений.
	направления.					1
	Ведение на месте				Развитие этических	
	правой и левой рукой					Умение объяснять ошибки при
	в движении шагом и				чувств,	
	бегом. Игра «Пасовка				,	выполнении упражнений.
	волейболистов».				доброжелательности и	
69	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	• •	**
	упражнения.		техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	эмоционально-	Умение управлять эмоциями
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение		
	О.Р.У. Ведение мяча		техники бросков мяча	мяча; выполнять	нравственной	при общении со сверстниками
	на месте и в		кольцо двумя руками	броски мяча в	-	
	движении. Броски в		снизу.	кольцо двумя	отзывчивости,	и взрослыми, сохранять
	кольцо двумя руками		Совершенствование	руками снизу;		W. W. O. W. O. D. W.
	снизу. Броски в		техники бросков мяча	выполнять броски	понимания и	хладнокровие, сдержанность,
	кольцо одной рукой		одной рукой от плеча.	мяча в кольцо		#0.00VIV.VIV.07V
	от плеча. Эстафета.		Способствовать развитию	одной рукой. Знать	сопереживания	рассудительность.
			физических качеств в	правила игры.		
			эстафете.		чувствам других	Умение с достаточной
70	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять		b Meline e Acetato mon
	упражнения.		техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	людей.	полнотой и точностью
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение		nomoton n to moethic
	О.Р.У. Ведение мяча		техники бросков мяча	мяча; выполнять		
	с изменением		кольцо двумя руками	броски мяча в		

	направления. Броски		снизу. Способствовать	кольцо двумя		выражать свои мысли в
	в кольцо двумя руками снизу. Подвижная игра		развитию физических качеств в игре.	руками снизу. Знать правила игры.	Формирование	соответствии с задачами урока,
7.1	«Охотники и утки».			77	эстетических	владение специальной
71	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.	потребностей, ценностей и чувств.	терминологией. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную
	левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета.				_	деятельность с учетом
72	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	Формирование и	требований ее безопасности,
	упражнения. Медленный бег.	-	техники ведения мяча. Совершенствование	комплекс ОРУ; выполнять ведение	проявление	сохранности инвентаря и
	О.Р.У. Ведение мяча с изменением		техники передачи и ловли мяча. Способствовать	мяча; выполнять передачи и ловли	положительных	оборудования, организации
	направления. Ловля и передача мяча на		развитию физических качеств в игре.	мяча. Знать правила игры.	качеств личности,	мест занятий.
	месте и в движении. Подвижная игра «Охотники и утки».				дисциплинированност и, трудолюбия и	Умение характеризовать,
73	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;	упорства в достижении	выполнять задание в
	Медленный бег. О.Р.У. Ведение на		Совершенствование техники передачи и ловли	выполнять ведение мяча; выполнять	поставленной цели.	соответствии с целью и
	месте правой и левой рукой в движении		мяча. Способствовать развитию физических	передачи и ловли мяча.		анализировать технику
	шагом и бегом. Ловля и передача мяча на		качеств эстафете.	Знать правила игры.		выполнения упражнений,
	месте и в движении. Эстафета.					давать объективную оценку
74	Строевые упражнения.	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		технике выполнения
	Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча		Обучение технике бросков мяча одной рукой от	выполнять ведение мяча.		упражнений на основе
	с изменением направления. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Подвижная игра «Альпинисты».		плеча. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Научиться: технике бросков мяча одной рукой от плеча. Знать правила игры.		освоенных знаний и

75		Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять		имеющегося опыта.
	Ме, О.F кольц сни коль от пл	пражнения. дленный бег. О.У. Броски в о двумя руками изу. Броски в до одной рукой еча. Эстафета.		техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Совершенствование техники бросков мяча одной рукой от плеча. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	комплекс ОРУ; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу; броски мяча в кольцо одной рукой от плеча. Знать правила игры.		Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в
76	уі Ме, О.Р Под	Строевые пражнения. дленный бег. У. Эстафета. цвижная игра льпинисты».	Игровой	Способствовать развитию физических качеств в эстафете, в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать правила игры		игровой и соревновательной деятельности.
77	уп Ме, О.Р. месте рукс ша Бро двумя уп Ме, О.Р	Строевые пражнения. дленный бег. У. Ведение на правой и левой и в движении гом и бегом. оски в кольцо и руками снизу. Эстафета. Строевые пражнения. дленный бегУ. Эстафета. цвижная игра льпинисты».	Игровой	Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча кольцо двумя руками снизу. Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Способствовать развитию физических качеств в эстафете, в игре.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски мяча в кольцо двумя руками снизу. Знать правила игры. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Знать правила игры.		Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
				IV четвер	Th		
				Подвижные игры с элемент			
79	подв ул Ме,	. на уроке по ижным играм. Строевые пражнения. дленный бег.	Игровой	Повторение техники безопасности на уроках по подвижным играм. Совершенствование техники ведения мяча.	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм. Уметь: выполнять	Формирование навыка систематического	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения
	О.Р.У	. Ведение мяча		Способствовать развитию	комплекс ОРУ;		осознание важности освоения

	на месте и в		физических качеств в	выполнять ведение	наблюдения за своим	универсальных умений
	движении. Ведение		эстафете.	мяча; Знать правила	involved on the control	связанных с выполнением
	на месте правой и		1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	игры	физическим	упражнений.
	левой рукой в				T	J 1
	движении шагом и				состоянием, величиной	Осмысление техники
	бегом. Эстафета.				,	выполнения разучиваемых
80	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	физических нагрузок.	заданий и упражнений.
	упражнения.	•	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		17
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение		Коммуникативные:
	О.Р.У. Ведение мяча		техники передачи и ловли	мяча; выполнять		Формирование способов
	с изменением		мяча.	передачи и ловли		позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах
	направления. Ловля и			мяча. Знать правила	Развитие	при разучивании
	передача мяча на			игры	газвитие	при разучивании
	месте и в движении.				самостоятельности и	Упражнений.
	Подвижная игра				самостоятельности и	•
	«Пасовка				личной	Умение объяснять ошибки при
	волейболистов».				личной	выполнении упражнений.
81	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	ответственности за	***
	упражнения.		техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	orbererbeimieern su	Умение управлять эмоциями
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение	свои поступки на	при общении со сверстниками
	О.Р.У. Ведение мяча		техники передачи и ловли	мяча; выполнять		и взрослыми, сохранять
	на месте и в		мяча. Способствовать	передачи и ловли	основе представлений	хладнокровие, сдержанность,
	движении. Ловля и		развитию физических	мяча. Знать правила	1 //	рассудительность.
	передача мяча на		качеств в эстафете.	игры.	о нравственных	Умение с достаточной
	месте и в движении.				1	полнотой и точностью
82	Эстафета.	II	C	V	нормах.	выражать свои мысли в
82	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять комплекс ОРУ;		соответствии с задачами урока,
	упражнения. Медленный бег.		техники ведения мяча.			владение специальной
	О.Р.У. Ведение мяча		Способствовать развитию физических качеств в	выполнять ведение мяча; Знать правила		терминологией.
	с изменением		*			
	направления.		игре.	игры	Развитие этических	Регулятивные: Умение
	Ведение на месте				тазвитие этических	организовать самостоятельную
	правой и левой рукой				чувств,	деятельность с учетом
	в движении шагом и				1,5015,	требований ее безопасности,
	бегом. Игра «Пасовка				доброжелательности и	сохранности инвентаря и
	волейболистов».				,, -F	оборудования, организации
83	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	эмоционально-	мест занятий.
-	упражнения.	1	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	,	Умение характеризовать,
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение	нравственной	выполнять задание в
	О.Р.У. Ведение мяча		техники бросков мяча	мяча; выполнять	•	соответствии с целью и
	на месте и в		кольцо двумя руками	броски мяча в	отзывчивости,	анализировать технику
	движении. Броски в		снизу.	кольцо двумя		выполнения упражнений,
	кольцо двумя руками		Совершенствование	руками снизу;		

	снизу. Броски в		техники бросков мяча	броски мяча в	понимания и	давать объективную оценку
	кольцо одной рукой		одной рукой от плеча.	кольцо одной	110111111111111111111111111111111111111	технике выполнения
	от плеча. Эстафета.		Способствовать развитию	рукой от плеча.	сопереживания	упражнений на основе
	or inseria.		физических качеств в	Знать правила игры.	Сопереживания	освоенных знаний и
			эстафете.	энать правила игры.	чувствам других	имеющегося опыта.
			Serapere.		туветвим другим	пистощогоси спыта.
84	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	людей.	Умение технически правильно
	упражнения.	1	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		выполнять двигательные
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение		действия из базовых видов
	О.Р.У. Ведение мяча		техники бросков мяча	мяча; выполнять		спорта, использовать их в
	с изменением		кольцо двумя руками	броски мяча в		игровой и соревновательной
	направления. Броски		снизу. Способствовать	кольцо двумя	_	деятельности.
	в кольцо двумя		развитию физических	руками снизу. Знать	Формирование	
	руками снизу.		качеств в игре.	правила игры.		Умение планировать
	Подвижная игра			1	эстетических	собственную деятельность,
	«Охотники и утки».					распределять нагрузку и отдых
85	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	потребностей,	в процессе ее выполнения.
	упражнения.	Lonou	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;	,	Vacanto puroma ampagama
	Медленный бег.		Способствовать развитию	выполнять ведение	ценностей и чувств.	Умение видеть красоту
	О.Р.У. Ведение мяча		физических качеств в	мяча; Знать правила		движений, выделять и обосновывать эстетические
	на месте и в		эстафете.	игры.		
	движении. Ведение		STIMP STO.			признаки в движениях и
	на месте правой и					передвижениях человека.
	левой рукой в					
	движении шагом и					
	бегом. Эстафета.					
86	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	Формирование и	
	упражнения.	F	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение	проявление	
	О.Р.У. Ведение мяча		техники передачи и ловли	мяча; выполнять	_	
	с изменением		мяча. Способствовать	передачи и ловли	положительных	
	направления. Ловля и		развитию физических	мяча. Знать правила		
	передача мяча на		качеств в игре.	игры.	качеств личности,	
	месте и в движении.		1	1		
	Подвижная игра				дисциплинированност	
	«Охотники и утки».					
87	Строевые	Игровой	Совершенствование	Уметь: выполнять	и, трудолюбия и	
	упражнения.	1	техники ведения мяча.	комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять ведение	упорства в достижении	
	О.Р.У. Ведение на		техники передачи и ловли	мяча; выполнять		
	месте правой и левой		мяча. Способствовать	передачи и ловли	поставленной цели.	
	рукой в движении		развитию физических	мяча. Знать правила		
	шагом и бегом. Ловля		качеств эстафете.	игры.		
	и передача мяча на		•	•		
			Ra footb scrawere.	шры.		

	месте и в движении. Эстафета.					
			Легкая атлетика и кросс	совая подготовка		
88	Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 30 м.	Комбинированный	Повторение техники безопасности на уроках по легкой атлетике. Совершенствование техники стартового разгона. Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта.	Знать: правила поведения на уроке по легкой атлетике. Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 30 метров с высокого старта.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением
89	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Стартовый разгон .Бег 60 м.	Комбинированный	Развитие выносливости. Совершенствование техники стартового разгона. Совершенствование техники бега на 60 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 60 метров с высокого старта.		упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
90	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Высокий старт. Бег 30м	Контроль	Развитие выносливости. Учет техники бега 30 метров с высокого старта.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров с высокого старта.	Развитие самостоятельности и	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании
91	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Стартовый разгон. Бег 60 м.	Контроль	Совершенствование техники стартового разгона. Учет техники бега 60 метров.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; правильно выполнять стартовый разгон; бегать 60 метров с высокого старта.	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.
92	Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. Строевые	Комбинированный Комбинированный	Совершенствование техники прыжков в длину. Способствовать развитию физических качеств в эстафете.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с места. Знать правила эстафеты.	нормах.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность,

	упражнения.		техники прыжков в длину.	комплекс ОРУ;	Развитие этических	рассудительность.
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять прыжков	Tusbilline sill reckilli	рассудительность.
	О.Р.У. Прыжок в		техники тройного прыжка	в длину с места;	чувств,	Умение с достаточной
	длину (способом		с места.	выполнить тройной	доброжелательности и	у мение с достаточной
	согнув ноги).			прыжок с места.	-	полнотой и точностью
	Тройной прыжок с				эмоционально-	выражать свои мысли в
	места.				нравственной	_
94	Строевые	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять	отзывчивости,	соответствии с задачами урока,
	упражнения.		Совершенствование	комплекс ОРУ;	orsbib indeetin,	владение специальной
	Медленный бег.		техники тройного прыжка	выполнить тройной	понимания и	терминологией.
	О.Р.У. Равномерный		с места.	прыжок с места.	сопереживания	терминологиеи.
	бег 5-6 мин. Тройной				1	D 17
0.5	прыжок с места.	T/		37	чувствам других	Регулятивные: Умение
95	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять	людей.	организовать самостоятельную
	упражнения. Медленный бег.		техники прыжка в длину. Способствовать развитию	комплекс ОРУ; выполнять прыжков		деятельность с учетом
	О.Р.У. Прыжок в		физических качеств в	выполнять прыжков в длину. Знать		· ·
	длину (способом		физических качеств в игре.	правила игры.		требований ее безопасности,
	согнув ноги).		in pe.	правила игры.		сохранности инвентаря и
	Подвижная игра с					<u> </u>
	элементом легкой					оборудования, организации
	атлетики.					мест занятий.
96	Строевые	Контроль	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять		
	упражнения.		Учет техники тройного	комплекс ОРУ;		Умение характеризовать,
	Медленный бег.		прыжка с места.	выполнить тройной		•
	О.Р.У. Равномерный			прыжок с места.		выполнять задание в
	бег 5-6 мин. Тройной					соответствии с целью и
0.7	прыжок с места.	7.0	**	**	Формирование	анализировать технику
97	Строевые	Контроль	Учет техники прыжков в	Уметь: выполнять	эстетических	
	упражнения.		длину. Способствовать	комплекс ОРУ;		выполнения упражнений,
	Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в		развитию физических качеств в эстафете.	выполнять прыжков в длину с места;	потребностей,	давать объективную оценку
	длину (способом		качеств в эстафете.	Знать правила	ценностей и чувств.	
	согнув ноги).			эстафеты		технике выполнения
	Эстафеты.			эстафеты		упражнений на основе
98	Строевые	Комбинированный	Совершенствование	Уметь: выполнять		освоенных знаний и
	упражнения.	*	техники метания мяча на	комплекс ОРУ;	Формирование и	
	Медленный бег.		дальность.	выполнять метание		имеющегося опыта.
	О.Р.У. Бросок мяча		Способствовать развитию	мяча на дальность.	проявление	
	на дальность.		физических качеств в	Знать правила игры.	положительных	Умение технически правильно
	Подвижная игра с		игре.		качеств личности,	выполнять двигательные
	элементом легкой					, ,
	атлетики.		_		дисциплинированност	действия из базовых видов
99	Строевые	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять		

	VIII ONG VOILIA		Саранизматрараму	комплека ОВУ	u myronofyg.	OHORTO HOHOHI DOROTI **** S
	упражнения.		Совершенствование	комплекс ОРУ;	и, трудолюбия и	спорта, использовать их в
	Медленный бег.		техники метания мяча на	выполнять метание	упорства в достижении	игровой и соревновательной
	О.Р.У. Равномерный		дальность.	мяча на дальность;		
	бег 5-6 мин. Бросок		Совершенствование	выполнять метание	поставленной цели.	деятельности.
	мяча на дальность.		техники метания мяча на	мяча на точность.		
	Бросок мяча на		точность.			Умение планировать
	точность.					•
100	Строевые	Комбинированный	Развитие выносливости.	Уметь: выполнять		собственную деятельность,
	упражнения.		Способствовать развитию	комплекс ОРУ;		распределять нагрузку и отдых
	Медленный бег.		физических качеств в	Знать правила игры.		
	О.Р.У. Бег 1500 м.		игре.			в процессе ее выполнения.
	Подвижная игра с					
	элементом легкой					Умение видеть красоту
	атлетики.					HDVINGANIA DI HARIGER H
101	Строевые	Контроль	Учет техники метания	Уметь: выполнять		движений, выделять и
	упражнения.		мяча на дальность.	комплекс ОРУ;		обосновывать эстетические
	Медленный бег.		Совершенствование	выполнять метание		
	О.Р.У. Бросок мяча		техники метания мяча на	мяча на дальность;		признаки в движениях и
	на дальность. Бросок		точность.	метание мяча на		передвижениях человека.
	мяча на точность.			точность.		
102	Строевые	Контроль	Контроль бега на	Уметь: выполнять		
	упражнения.		выносливость.	комплекс ОРУ;		
	Медленный бег.		Способствовать развитию	выполнить бег на		
	О.Р.У. Бег 1500 м.		физических качеств в	средние дистанции.		
	Эстафеты.		эстафете.	Знать правила		
	1		1	эстафеты.		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022471

Владелец Жернякова Ирина Алексеевна Действителен С 24.04.2023 по 23.04.2024