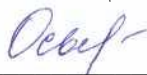


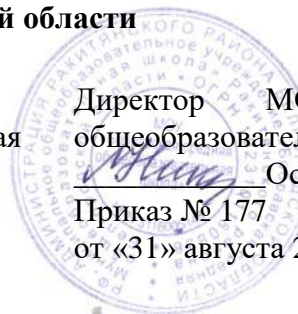
**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Бобравская средняя общеобразовательная школа»  
Ракитянского района Белгородской области**

**«Согласована»**  
Заместитель директора МОУ «Бобравская  
средняя общеобразовательная школа»

  
Осьмакова Ю.В.

«28» августа 2021 г.

**«Рассмотрена»**  
на педагогическом совете МОУ  
«Бобравская средняя общеобразовательная  
школа»  
Протокол №1  
от «31» августа 2022 1г.



**«Утверждена»**  
Директор МОУ «Бобравская средняя  
общеобразовательная школа»  
Остапенко Л.Н.  
Приказ № 177  
от «31» августа 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **начального общего образования по физической культуре**

**Планируемые результаты освоения учебного предмета, содержание учебного предмета содержатся в авторской программе: Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников . В.И. Лях. 1-4 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций :В.И. Лях. — 9-е изд. — М. : Просвещение, 2021 г.**

2021 год

## Календарно-тематическое планирование по физической культуре, 2 класс

№ урока	Дата		Тема урока	Планируемые результаты		Домашнее задание
	По плану	Фактически		Предметные знания	Личностные и метапредметные знания	
1. Лёгкая атлетика – 20 часов 2. Подвижные игры – 20 часов 3. Гимнастика – 14 час 4. Лыжная подготовка – 14 час <i>ИТОГО: 68 часов</i>						
1 четверть (18 часов)						
1			<u>Легкая атлетика 10 ч.</u> Инструктаж по Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Обучение ходьбе на носках, пятках, в полуприседе, с различным положением рук. П/И «Салки»	Научиться: выполнять действия по образцу: соблюдать правила поведения на спортивной площадке.	<i>Познавательные:</i> выполнение построений в одну шеренгу и колонну по одному; соблюдение правил безопасности на занятиях физической культуры <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей <i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	повторить ТБ, выполнить ходьбу на носках, пятках, в полуприседе, с различным положением рук
2			Сочетание различных видов ходьбы. Бег с ускорением (30м) П/И «Догоняй – убегай». О.Т. Когда и как возникли физическая культура и спорт.	Умение выполнять ходьбу на носках в различных позах и пометкам.	<i>Познавательные:</i> ознакомление с основными физическими качествами (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость, координация движений), их значением <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей	выполнить бег с ускорением 30 м Стр. 8

					<p><i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.</p> <p>Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях</p>	
3			<p>Бег с ускорением от 10 до 15 м. Метание мяча в цель. П/И «Салки», «Пятнашки»</p>	<p>Научиться: выполнять легкоатлетически е упражнения.</p>	<p><i>Познавательные:</i> ознакомление с основными физическими качествами (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость, координация движений), их значением</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p><i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.</p> <p>Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях</p>	<p>повторить технику метания мяча в цель стр. 13</p>
4			<p>Соревнования по определению уровня физической подготовленности. П/И «Охотники и утки». О.Т. Исторические сведения о развитии современных Олимпийских игр.</p>	<p>Научиться: характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья.</p>	<p><i>Познавательные:</i> выполнение бега на 30 м с высокого старта; повторение техники высокого старта; соблюдение правил безопасности на занятиях по легкой атлетике;</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей;</p> <p><i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>	<p>выполнить комплекс ОФП</p>
5			<p>Обучение технике метания</p>	<p>Научиться:</p>	<p><i>Познавательные:</i> выполнение бега на 30 м с</p>	<p>повторить</p>

			малого мяча. П/И «Охотники и утки»	использовать технику метания мяча при выполнении упражнений.	высокого старта; повторение техники высокого старта; соблюдение правил безопасности на занятиях по легкой атлетике; <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; <i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	технику метания малого мяча
6			Соревнование бег до 60 м. «Эстафета смена сторон» О.Т. Физическая культура как система регулярных занятий физическими упражнениями, выполнение закаляющих процедур, использование естественных сил природы.	Научиться: правильно держать корпус и руки в сочетании с дыханием.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, бега с изменением темпа, разминки с мячом, метания мяча на дальность; <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера. Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	повторить технику метания мяча в цель
7			Сдача контрольного норматива - метания мяча в цель с 6м из 5 попыток. П/И «Снайперы».	Научиться: использовать технику метания мяча при выполнении упражнений.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, бега с изменением темпа, разминки с мячом, метания мяча на дальность; <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие	разучить комплекс ОРУ с мячом

					<p>после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.</p> <p>Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	
8			<p>Обучение прыжкам с поворотом на 180 . Прыжок с места. ПИ «День-ночь», «Салки в приседе»</p>	<p>Научиться: толкаться в прыжках вверх пальцами ног и приземляться смягчая прыжок.</p>	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, бега с изменением темпа, разминки с мячом, метания мяча на дальность;</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.</p> <p>Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	<p>выполнить прыжки с поворотом на 180 (10 раз), прыжки с места (10 раз)</p>
9			<p>Урок- соревнование. Легкоатлетический кросс «Золотая осень».</p> <p>О.Т. Твой организм: основные части тела человека.</p>	<p>Самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем</p>	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, бега с изменением темпа, разминки с мячом, метания мяча на дальность;</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать действия партнера.</p> <p>Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	<p>выполнить комплекс ОФП Стр. 18</p>

10			Учет прыжка в длину с места. Игры «День-ночь», «Салки в приседе»	Выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мячами, ходьбы и бега, прыжка в длину с места</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>	выполнить комплекс ОРУ с мячом
11			<u>Подвижные игры 9 ч.</u> Инструктаж по Т.Б. при проведении подвижных игр. П/И «Третий лишний» О.Т. Твой организм: основные внутренние органы.	Научиться: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр.	<p><i>Познавательные:</i> разминки со скакалками, ходьбы и бега, броска мяча в горизонтальную цель, упражнения на развитие внимания и координации движения</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	повторить ТБ при проведении подвижных игр
12			Обучение технике ведения мяча. П/И «Поймай мяч»	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	<p><i>Познавательные:</i> разминки со скакалками, ходьбы и бега, броска мяча в горизонтальную цель, упражнения на развитие внимания и координации движения</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в</p>	повторить технику ведения мяча

					<p>планировании способа решения</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	
13			<p>Урок соревнования. П/И «Не дай мяч водящему».</p> <p><u>Контрольная работа №1 по теме: Физическая культура как система регулярных занятий физическими упражнениями</u></p>	<p>Научиться: организовывать места занятий подвижными играми</p>	<p><i>Познавательные:</i> разминки со скакалками, ходьбы и бега, броска мяча в горизонтальную цель, упражнения на развитие внимания и координации движения</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	<p>выполнить комплекс ОРУ с мячом</p>
14			<p>Обучение технике ловли и передача мяча.</p> <p>«Передача мяча в колоннах»</p> <p>О.Т. Твой организм: скелет.</p>	<p>Научиться: выполнять ловлю и передачу мяча</p>	<p><i>Познавательные:</i> разминки со скакалками, ходьбы и бега, броска мяча в горизонтальную цель, упражнения на развитие внимания и координации движения</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	<p>повторить технику ловли и передачи мяча</p>

15			Обучение ведению мяча на месте. «Школа мяча», «Вороны воробы». О.Т. Твой организм: мышцы.	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мешочками, кувырка вперед; повторение техники выполнения кувырка вперед; соблюдение правил безопасности на занятиях по гимнастике; <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	выполнить ведение мяча на месте
16			Закрепление техники ведения мяча на месте. П\И «Школа мяча», «У кого меньше мячей»	Уметь технически правильно выполнять ведение мяча	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мешочками, кувырка вперед; повторение техники выполнения кувырка вперед; соблюдение правил безопасности на занятиях по гимнастике; <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	повторить технику ведения мяча на месте
17			Разучивание игры с мячом. «Мяч капитану» «Мяч водящему». О.Т. Твой организм: осанка.	Излагать правила и условия проведения подвижной игры Осваивать технику ловли мяча.	<i>Познавательные:</i> осуществление анализа действий учителя и учащихся по выполнению строевых упражнений на месте, кувырка вперед, проведению игры с мячом. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной	повторить правила и условия проведения подвижной игры



					оценки; <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	
18			Разучивание игры с мячом «Спасатели»	Излагать правила и условия проведения подвижной игры.	<i>Познавательные:</i> осуществление анализа действий учителя и учащихся по выполнению строевых упражнений на месте, кувырка вперед, проведению игры с мячом. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	повторить правила и условия проведения подвижной игры Стр. 19
2 четверть (16 часа)						
19			Урок-соревнование. Учет выполнения челночного бега 4х9м. «Мяч капитану»	Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.	<i>Познавательные:</i> осуществление анализа действий учителя и учащихся по выполнению строевых упражнений на месте, кувырка вперед, проведению игры с мячом. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия	выполнить челночный бег 4х9м

					<p>партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	
20			<p><u>Гимнастика 14 ч.</u></p> <p>Инструктаж по Т.Б. на уроках гимнастики.</p> <p>Размыкание и смыкание приставными шагами . П/И «Сильные и ловкие».</p> <p>О.Т Строение тела.</p> <p>Основные формы движений.</p> <p>Напряжение и расслабление мышц при их выполнении.</p>	<p>Научиться: понимать как выполнять поставленную задачу и соблюдать правила поведения.</p>	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, усложненного кувырка вперед; повторение техники выполнения кувырка вперед; соблюдение правил безопасности на занятиях</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи</p>	<p>повторить ТБ на уроках гимнастики</p>
21			<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по два, из одной шеренги в две.</p> <p>Игра «Придумай сам».</p>	<p>Научиться: выполнять действия по образцу; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p>	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, усложненного кувырка вперед; повторение техники выполнения кувырка вперед; соблюдение правил безопасности на занятиях</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p>	<p>выполнить размыкание и смыкание приставными шагами</p> <p>Стр. 33</p>

					Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи	
22			Обучение кувырку вперед; стойка на лопатках согнув ноги. ПИ «Перестрелка» О.Т. Работа сердечно – сосудистой системы во время движений и передвижений человека.	Научиться: выполнять акробатические элементы- кувырки.	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, ходьбы и бега, игровых упражнений с кувырками, упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки</p> <p>Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	выполнить кувырок вперед; стойку на лопатках согнув ноги
23			Соревнование. Подъём туловища за 30сек. Встречные эстафеты без предметов и с предметами.	Научиться: правильно выполнять упражнения для брюшного пресса.	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, ходьбы и бега, игровых упражнений с кувырками, упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки</p> <p>Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	выполнить подъём туловища за 30сек

24			Зачетная комбинация. Игры «Бой на бревне», «Лошадки» О.Т. Роль органов слуха во время движений и передвижений человека.	Уметь: выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, ходьбы и бега, кувырка назад, игры-упражнения на внимание, круговой тренировки (кувырка назад, отжиманий, приседаний, шпагатов, прыжков на двух ногах через мяч с поворотом на 90°, наклонов из положения сидя); соблюдение правил безопасности на занятиях; <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Проявление положительных качеств личности: дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях.	Разучить комплекс ОРУ с обручем
25			Обучение висам на перекладине и шведской стенке. Подтягивание. «Бой на бревне», «Лошадки»	Научиться выполнять висы для укрепления брюшного пресса	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, ходьбы и бега, кувырка назад, игры-упражнения на внимание, круговой тренировки (кувырка назад, отжиманий, приседаний, шпагатов, прыжков на двух ногах через мяч с поворотом на 90°, наклонов из положения сидя); соблюдение правил безопасности на занятиях; <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения Проявление положительных качеств личности: дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях.	Выполнить висы на перекладине, подтягивание
26			Обучение лазанию по канату. Разучивание упражнений с партнером. «Придумай сам». О.Т. Сердце и кровеносные	Освоить технику лазания по канату, выбирать наиболее эффективные	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мячами, ходьбы и бега, подъем туловища из положения лежа, игры-упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку	Повторить технику лазания по канату

			сосуды.	способы решения задач.	учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	
27			Эстафета «Веселые старты». Подвижная игра «Кузнечики».	Проявлять качества силы, координации и выносливости. Соблюдать дисциплину и правила т.б.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки с мячами, ходьбы и бега, подъем туловища из положения лежа, игры-упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Выполнить комплекс ОФП
28			Разучить комплекс ОРУ для формирования правильной осанки. «Ровная спина» - упражнения с мячом О.Т. Правила личной	Научиться выполнять комплексы упражнений для формирования	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки с обручами, ходьбы и бега с заданием, наклона туловища из положения, стоя; упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях,	Выполнить комплекс ОРУ для формирования правильной

			гигиены (соблюдение чистоты тела, волос, ногтей и полости рта, смена нательного белья)	осанки.	<p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль;</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	осанки Стр. 45
29			Урок - соревнование «Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания». Подвижная игра «Посадка картофеля».	Уметь правильно выполнять гимнастические упражнения с элементами лазанья и перелезания	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки с обручами, ходьбы и бега с заданием, наклона туловища из положения, стоя; упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях,</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль;</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	Выполнить гимнастические упражнения с элементами лазанья и перелезания
30			Наклоны вперед из положения сидя.	Научиться: правильно	<p><i>Познавательные:</i> подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, упражнения</p>	Выполнить наклоны вперед

			Игры– «Смена мест». «Удочка». О.Т. Органы чувств.	выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса	на запоминание временного отрезка; <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	из положения сидя
31			Урок- соревнование. Подтягивание. Игра- «Бой петухов», «Построить мост».  <u>Контрольная работа №2 по теме: Твой организм</u>	Научиться: правильно передавать эстафету для развития координации движений.	<i>Познавательные:</i> подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, упражнения на запоминание временного отрезка; <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; уметь оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со	Выполнить подтягивание

					сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	
32			Ходьба по гимнастической скамейке; перешагивание через мячи и их переноска. Соблюдай равновесие. Игра-«Ловля обезьян» О.Т. Укрепление здоровья средствами закаливания. Правила проведения закаливающих процедур.	Проявлять качества координации при выполнении упражнений.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки на развитие гибкости, ходьбы и бега с заданием, стойки на лопатках, «моста», перекатов назад-вперед в группировке, круговой тренировки (стойка на лопатках, ходьба по гимнастической скамейке, отжимание, «мост», кувырки, шпагаты, удержание гимнастической палки вертикально на ладони); <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Повторить технику ходьбы по гимнастической скамейке Стр. 50
33			Упражнение в равновесии. Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами; (на бревне высота 60 см). Соблюдай равновесие. Игра-«Ловля обезьян»	Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений на месте, разминки на развитие гибкости, ходьбы и бега с заданием, стойки на лопатках, «моста», перекатов назад-вперед в группировке, круговой тренировки (стойка на лопатках, ходьба по гимнастической скамейке, отжимание, «мост», кувырки, шпагаты, удержание гимнастической палки вертикально на ладони); <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Выполнить стойку на двух и одной ноге с закрытыми глазами



					Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	
Лыжная подготовка (14 часов)						
34			Инструктаж по Т.Б. по лыжной подготовке. Переноска и надевание лыж. Температурный режим занятий на лыжах.	Ознакомиться с правилами поведения на уроках и способами использования инвентаря.	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами ступающего и скользящего шагов, строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).	Повторить ТБ по лыжной подготовке
3 четверть ( 22 часа)						
35	17.01		Обучение передвижению на лыжах скользящим шагом с палками. Встречная эстафета с передачей палок. О.Т. Местонахождение головного и спинного мозга в организме человека. Положительные и отрицательные эмоции.	Научиться передвигаться на лыжах; быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами ступающего и скользящего шагов, строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).	Выполнить передвижение на лыжах скользящим шагом с палками Стр.54

36			Передвижение на лыжах /боковые шаги переступающим шагом, влево и вправо. Эстафета. Кто быстрее?	Научиться: передвигаться на лыжах преодолевая маленькие склоны.	Познавательные: - бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требования техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение бега на лыжах способом скользящего шага, поворота «веером», строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении бега (на лыжах).	Выполнить передвижение на лыжах, боковые шаги переступающим шагом влево и вправо
37			Поворот на месте переступанием. Обучение технике подъема и спуска под уклон. О.Т. Личная гигиена.	Научиться: выполнять повороты на лыжах переступанием.	Познавательные: - бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требования техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение бега на лыжах способом скользящего шага, поворота «веером», строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении бега (на лыжах).	Выполнить поворот на месте переступанием
38			Повороты на месте переступанием. Передвижение скользящим шагом. Эстафеты с бегом и метанием снежков.	Научиться: выполнять упражнения толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук.	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, попеременного двухшажного хода, поворота «веером», строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; адекватно воспринимать оценку учителя. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).	Выполнить повороты на месте переступанием, передвижение скользящим шагом

39			Урок соревнования. Лыжная эстафета. 4x30 м.	Научиться передвигаться на лыжах ;быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику	Познавательные: бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, попеременного двухшажного хода, поворота «веером», строевых команд, построений. Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; адекватно воспринимать оценку учителя. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в прохождении дистанции 500 м (на лыжах).	Выполнить передвижение на лыжах 4x30 м
40			Закрепление умения идти на лыжах до 1,5км. Эстафеты с бегом и метанием снежков.	Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.	Познавательные: бережное обращение с инвентарем, соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, подъема «лесенкой» строевых команд, построений. Регулятивные: планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий.	Выполнить передвижение на лыжах 1 км Стр.58
41			Урок соревнования. Пятнашки на лыжах. Стреляющий лыжник. Кто дальше уедет после спуска. О.Т. Роль органов дыхания во время движений и	Самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера	Познавательные: бережное обращение с инвентарем, соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, подъема «лесенкой» строевых команд, построений. Регулятивные: планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Выполнить передвижение, спуск на лыжах

			передвижений человека.		реализации; адекватно воспринимать оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий.	
42			Итоговые упражнения. Ходьба до 1 км. Пятнашки на лыжах	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	<i>Познавательные:</i> бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение подъема «елочкой», строевых команд, построений, ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них. <i>Регулятивные:</i> удерживать цель деятельности до получения ее результата Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).	Выполнить передвижение на лыжах 1 км
43			Урок – соревнование. Эстафеты с поворотом вокруг флажка. О.Т. Работа органов пищеварения. Важность физических упражнений для укрепления мышц живота и работы кишечника.	Научиться: передвигаться на лыжах; выполнять поворот для обратного движения вокруг флажка.	<i>Познавательные:</i> бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение подъема «елочкой», строевых команд, построений, ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них. <i>Регулятивные:</i> удерживать цель деятельности до получения ее результата Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).	Выполнить передвижение на лыжах скользящим шагом с поворотом
44			Сдача контрольного норматива- передвижение на	Научиться: передвигаться на	<i>Познавательные:</i> бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение	Выполнить комплекс ОФП

			лыжах 1 км.	лыжах .	требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение подъема «елочкой», строевых команд, построений, ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них. <i>Регулятивные:</i> удерживать цель деятельности до получения ее результата Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).	
45			Урок – соревнование. Эстафеты с надеванием и снятием лыж. О.Т. Вещества, которые человек получает вместе с пищей, необходимые для роста и развития организма.	Научиться: правильно и быстро надевать и снимать лыжи и переносить их.	<i>Познавательные:</i> бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них; подъема «елочкой», «лесенкой», спуска в высокой и низкой стойке, торможением «плугом», строевых команд, построений. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).	Выполнить передвижение на лыжах с надеванием и снятием лыж Стр.63
46			Сдача контрольного норматива- передвижение на лыжах 1,5 км.	Скользить на одной лыже (если правая нога впереди, то левая рука выносится вперед)	<i>Познавательные:</i> бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего	Выполнить передвижение на лыжах 1 км

					<p>шага с палками и без них; подъема «елочкой», «лесенкой», спуска в высокой и низкой стойке, торможением «плугом», строевых команд, построений.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).</p>	
47			<p>Урок – соревнование. Встречные эстафеты. О.Т. Личная гигиена. Закаливание.</p>	<p>Научиться передвигаться на лыжах ;быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику</p>	<p><i>Познавательные:</i> бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способами попеременного двухшажного хода, одновременного одношажного хода, скользящего шага с палками и без них; подъема «елочкой», «лесенкой», спуска в высокой и низкой стойке, торможением «плугом», строевых команд, построений.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимать оценку учителя.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.</p> <p>Проявление внимательности, выносливости, трудолюбия, упорства в выполнении учебных заданий (на лыжах).</p>	<p>Выполнить передвижение на лыжах 1 км</p>
48			<p>Инструктаж по Т.Б. при проведении подвижных игр. Обучение технике ловли и передачи мяча. Эстафета «Передал- садись» О.Т. Вещества, которые</p>	<p>Научиться: выполнять ловлю и передачу мяча</p>	<p><i>Познавательные:</i> выполнение строевых команд, бега, ходьбы по кругу, разминки, совмещенной с игрой «Зеркало», ознакомление с историей первых спортивных соревнований; соблюдение правил безопасности на занятии; логические</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную</p>	<p>Повторить ТБ при проведении подвижных игр Повторить технику ловли и передачи мяча</p>

			человек получает вместе с пищей, необходимые для роста и развития организма.		задачу <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Стр.66
49			Урок- соревнование. «Передал- садись», «Передача мяча в колоннах»	Научиться: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых команд, бега, ходьбы по кругу, разминки, совмещенной с игрой «Зеркало», ознакомление с историей первых спортивных соревнований; соблюдение правил безопасности на занятии; логические <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Повторить игровые действия и упражнения из подвижных игр
50			Обучение ведению мяча на месте. «Школа мяча», «Вороны воробьи». О.Т. Питьевой режим при занятиях физическими упражнениями. Во время тренировок и туристических походов.	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых команд, бега, ходьбы по кругу, разминки, совмещенной с игрой «Зеркало», ознакомление с историей первых спортивных соревнований; соблюдение правил безопасности на занятии; логические <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Повторить технику ведения мяча на месте
51			Закрепление техники ведения мяча на месте. П\И «Школа мяча», «У кого	Уметь технически правильно	<i>Познавательные:</i> выполнение ходьбы и бега с заданием, упражнения на внимание, «оленьего бега»; разучить технику «оленьего бега»	Выполнить ведение мяча на месте

			меньше мячей» <u>Контрольная работа №3 по теме: Личная гигиена. Закаливание.</u>	выполнять ведение мяча	<i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	
52			Повторение игры с мячом. «Мяч капитану» «Мяч водящему» О.Т. Физкультминутки, их значение для профилактики утомления в условиях учебной и трудовой деятельности.	Излагать правила и условия проведения подвижной игры Осваивать технику ловли мяча.	<i>Познавательные:</i> выполнение ходьбы и бега с заданием, упражнения на внимание, «оленьего бега»; разучить технику «оленьего бега» <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Повторить игры с мячом Стр. 68
53			Урок-соревнование. Учет выполнения челночного бега 4х9м. «Мяч капитану», «Школа мяча»	Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных отрезков <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с	Выполнить челночный бег 4х9м



				состояние.	поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.	
54			Обучение броска мяча о стену и ловле его. «Школа мяча» О.Т. Требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями и спортом	Научиться: точно бросать и ловить мяч.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных отрезков <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.	Повторить технику броска мяча о стену и ловли его Стр.78
55			Урок соревнования. Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Переноска мячей»	Моделировать сочетание различных видов бега. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время бега.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных отрезков <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.	Выполнить комплекс ОФП
56			Обучение игре с бегом и прыжками. П/И. «Волк во рву»	Научиться выполнять упражнения для	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных	Повторить игры с бегом

			О.Т. Понятие о физическом состоянии как уровне физического развития.	оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств	отрезков <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.	
4 четверть (12 часов)						
57			Обучение игре с прыжками. П.И. «Салки в приседе», «Удочка».	Излагать правила и условия проведения подвижной игры. Осваивать технику прыжковых упражнений.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных отрезков <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.	Повторить игры с прыжками Стр.78
58			Обучение игре «Салки с ленточками» О.Т. Приёмы измерения пульса (частоты сердечных сокращений) до, во время и после физических нагрузок.	Излагать правила и условия проведения подвижной игры.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных отрезков <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Повторить правила и условия проведения подвижной игры

					<i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.	
59			<u>Легкая атлетика (10ч).</u> Инструктаж по Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Обучение ходьбе на носках, пятках, в полуприседе , с различным положением рук. П/И. «Салки»	Научиться: выполнять действия по образцу: соблюдать правила поведения на спортивной площадке.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых упражнений, разминки в движении, ходьбы и бега с заданиями, перестроений в одну и две шеренги, упражнения на развитие запоминания временных отрезков <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера.	Повторить ТБ на уроках по легкой атлетике
60			Сочетание различных видов ходьбы. Метание мяча в цель. П/И. «Догоняй –убегай», «Кошки -мышки». О.Т. Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями (ушиб, ссадины, потёртости кожи и кровотечение)	Умение выполнять ходьбу на носках в различных позах и пометкам.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых организующих команд, разминки у гимнастической стенки, бега с заданием, ходьбы <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Выполнить ходьбу на носках, пятках, в полуприседе , с различным положением рук Стр. 87

61			Закрепление техники метания мяча в цель. Бег с ускорением от 10 до 15 м. П/и. «Салки», «Пятнашки»	Научиться: выполнять легкоатлетически упражнения.	<p>Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки у гимнастической стенки, бега с заданием, ходьбы</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	Повторить технику метания мяча в цель
62			Обучение технике длительного бега. П/и. «Сильные и ловкие», «Пустое место» О.Т. Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями.	Научиться: правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	<p>Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки у гимнастической стенки, бега с заданием, ходьбы</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.</p>	Повторить технику длительного бега
63			Обучение технике метания малого мяча. П/И«Охотники и утки».	Научиться: использовать технику метания мяча при выполнении упражнений.	<p>Познавательные: выполнение строевых организующих команд, разминки у гимнастической стенки, бега с заданием, ходьбы</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p>	Выполнить метание малого мяча

					Коммуникативные: контролировать действия партнера. Активное включение во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	
64			Сдача контрольного норматива - метания мяча в цель с 6м из 5попыток. П/И «Снайперы». О.Т. Первая помощь при травмах. Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями.	Научиться: использовать технику метания мяча при выполнении упражнений. контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнения	Познавательные: - выполнение строевых организуемых команд, разминки на гимнастической скамейке, бега с заданием, ходьбы, лазанья по гимнастической стенке; соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Повторить технику метания мяча в цель с 6м
65			Обучение прыжкам с поворотом на 180. П/И. «День-ночь», «Салки в приседе»	Научиться: толкаться в прыжках вверх пальцами ног и приземляться смягчая прыжок.	Познавательные: - выполнение строевых организуемых команд, разминки на гимнастической скамейке, бега с заданием, ходьбы, лазанья по гимнастической стенке; соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Выполнить прыжки с поворотом на 180 Стр. 87
66			Эстафеты. Бег с ускорением. Игра «Быстро в круг». <u>Контрольная работа №4 по теме: Травмы. Первая помощь при травмах.</u>	Самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем	Познавательные: - выполнение строевых организуемых команд, разминки на гимнастической скамейке, бега с заданием, ходьбы, лазанья по гимнастической стенке; соблюдение правил безопасности на занятиях; Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу;	Выполнить бег с ускорением

					планировать действие в соответствии с поставленной задачей; Коммуникативные: контролировать действия партнера.	
67			Обучение технике прыжка в длину с разбега с 3-5 шагов. Игра «Волк во рву» О.Т. Первая помощь при травмах.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых команд, бега, ходьбы с заданиями, разминки с набивными мячами, броска набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя на дальность, игрового упражнения на внимание <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Выполнить прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов
68			Сдача контрольного норматива- многоскоки 8 прыжков, м	Осваивать умения по самостоятельному выполнению упражнений	<i>Познавательные:</i> выполнение строевых команд, бега, ходьбы с заданиями, разминки с набивными мячами, броска набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя на дальность, игрового упражнения на внимание <i>Регулятивные:</i> принимать и сохранять учебную задачу <i>Коммуникативные:</i> контролировать действия партнера. Проявление положительных качеств личности и управление эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях; проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.	Выполнить комплекс ОФП

## Календарно-тематическое планирование по физической культуре, 3 класс

1. Лёгкая атлетика – 18ч.
2. Подвижные игры – 12 ч.
3. Гимнастика – 12 ч.
4. Лыжная подготовка 12 ч.
5. Подвижные игры на основе баскетбола – 14 ч.

**ИТОГО : 68 ч.**

№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
<b>1 четверть (24 ч)</b>			<b>Легкая атлетика(9часов)</b>	Научится: выполнять действия по образцу: соблюдать правила поведения на спортивной площадке.	Формировать и удерживать учебную задачу; ставить вопросы, обращаться за помощью; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.	повторить технику безопасности <b>стр 87</b>
1			Инструктаж по Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Обучение ходьбе, с изменением длины и частоты шагов. «Пустое место».			
2			Обучение бегу с ускорением от 20 до 30м. Бег с вращением вокруг своей оси. «Круговая эстафета» <b>О.Т.Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями.</b>	Умение выполнять ходьбу на носках в различных позах и по меткам.	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; осуществлять взаимный контроль.	повторить спец.упражнения л/атлета
3			Закрепление техники бега на скорость в заданном коридоре. Игры « Салки». «Быстро по своим местам»	Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; адекватная мотивация учебной деятельности.	выполнить ускорение до 30 м. 3 раза. <b>Стр. 8</b>
4			<b>Сдача контрольного норматива</b> - бег 60 м. «Мяч среднему». «Третий лишний, Вызов номеров»	Научится: правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	Определять общую цель и пути её достижения; формировать свои затруднения.	выполнить бег 1000м
5			Обучение технике бега на длинные дистанции. Игры «Волк во рву», « Белые медведи» <b>О.Т. Связь физической культуры с укреплением здоровья</b>	Научится: правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	Выполнять учебные действия; строить рассуждения, обобщать; задавать вопросы, обращаться за помощью.	выполнить бег 1000 м
6			<b>Сдача контрольного норматива</b> -бег 1000 м. «Волк во рву», «Спасатели»	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья.	Выполнять учебные действия; строить рассуждения, обобщать; задавать вопросы, обращаться за помощью.	повторить технику прыжка
7			Обучение метанию малого мяча с места. «Снайперы» <b>Контрольная работа №1.Повторение изученного во 2</b>	Научится: использовать технику метания мяча при выполнении упражнений, контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнения	Применять установленные правила в планировании способа решения задач; задавать вопросы обращаться за помощью; умение не создавать конфликтов и находить	имитировать движения метания малого мяча 10 раз <b>Стр. 18</b>

№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
			<b>классе.</b>		правильное решение	
8			Закрепление техники метания мяча. «Салки в приседе» «Третий лишний». Эстафета с прыжками. <b>О.Т.Роль органов зрения и слуха во время движений и передвижений человека</b>	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений	Определять общую цель и пути её достижения; формировать свои затруднения; проявления доброжелательности.	повторить технику метание мяча
9			Урок -соревнование по определению уровня физической подготовки <b>О.Т.Правила личной гигиены.</b>	Самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем	Различать способ и результат действия; предвосхищать результаты; формулировать собственное мнение, слушать собеседника.	выполнить медленный бег до 6 минут.
10			<b>Подвижные игры (12 часов)</b> Инструктаж по Т/Б при проведении подвижных игр. Обучение прыжкам по разметке с поворотом на 180 градусов. «Космонавты».	Научится правильно принимать положение перед прыжком и после приземления.	Различать способ и результат действия; вести устный диалог по технике прыжка.	Повторить правила игры
11			<b>Сдача контрольного норматива-</b> Многоскоки, 8 прыжков, м. Игры «Салки в приседе», «Вызов номеров».	Научится: технически грамотно выполнять прыжковые упражнения.	Различать способ и результат действия; задавать вопросы, проявлять активность.	Выполнить многоскоки
12			Разучивание игры с мячом «Перестрелка» <b>О.Т.Укрепление здоровья средствами закаливания</b>	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр.	Ориентироваться в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия.	Повторить правила игры «Перестрелка»
13			Обучение игре с ведением мяча. «Гонка мячей по кругу» <b>О.Т. Правила проведения закаливающих процедур</b>	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения.	Повторить технику ведения мяча
14			Разучивание игры «Двумя мячами через сетку».	Научится: выполнять ловлю и передачу мяча	Оценивать собственное поведение и поведение окружающих; проявления доброжелательности.	Повторить правила игры «Двумя мячами через сетку».
15			Повторение правил игры «Двумя мячами через сетку». Эстафеты с мячом. <b>О.Т. Важная роль работы мозга и центральной нервной системы.</b>	Уметь технически правильно выполнять ловлю и передачу мяча	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Повторить правила игры
16			Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения.	повторить правила игры «Охотники и утки»
17			Повторение правил игры «Охотники и утки». Эстафеты с мячом	Уметь технически правильно выполнять ведение мяча	Сформировать мотивацию к обучению; самостоятельная и личная ответственность за свои поступки	составить комплекс ОРУ с предметами
<b>2 четверть (24 часа)</b>						



№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
18			выполнить челночный бег 4х9м	Излагать правила и условия проведения подвижной игры Осваивать технику ловли мяча.	Этические чувства, доброжелательность, эмоционально - нравственная отзывчивость.	повторить правила игры  <b>Стр.18</b>
19			Разучивание подвижной игры « Мяч капитану» Учёт выполнения челночного бега 4х9м <b>О.Т.Работа органов пищеварения</b>	Излагать правила и условия проведения подвижной игры.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов.	повторить правила игры« Мяч капитану):
20			Разучивание правил игры «Перестрелка»	Соблюдение требований техники безопасности	Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность	повторить комплекс ОРУ с мячом
21			Повторение правил игры «Перестрелка»	Организация и проведение со сверстниками подвижных игр, осуществление их объективного судейства	Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления	выполнить комплекс ОРУ с мячом
22			<b>Гимнастика(12часов)</b> Инструктаж по Т/Б при проведении занятий по гимнастике. Обучение перестроению из двух шеренг в два круга: передвижение по диагонали. Игры «Метко в цель». «Удочка под ногами». «Вызови по имени»	Подача строевых команд, подсчёт при выполнении ОРУ.	Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;	повторить технику безопасности
23			Разучивание техники выполнения подтягивания на высокой перекладине из виса (мальчики) и низкой перекладине из виса лежа(девочки)	Характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование её напряженности во время занятий по развитию физических качеств	Анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения	выполнить подтягивание  стр.20.
24			Разучивание техники выполнения двух кувырков вперед. Игры «Удочка под ногами» «Вызови по имени», «Метко в цель».	Объяснение в доступной форме техники выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их	Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека	Повторить технику кувырка
25			Закрепление техники выполнение кувырка вперед; стойка на лопатках.	Описывать технику разучиваемых упражнений	Оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами	Выполнить акробатическую комбинацию
26			Соединение комбинации из трех элементов. Игры «Замри», « Салки» <b>О.Т.Важность занятий физическими упражнениями и спортом для улучшения работы легких.</b>	Описывают состав и содержание акробатических упражнений и составляют комбинацию из числа разученных упражнений	управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	Выполнить акробатическую комбинацию с 58 - 62
27			Обучение технике выполнение мост из положения лежа на спине. Эстафета «Построить мост»	Выполняют акробатические элементы	Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения	Повторить акробатическую комбинацию
28			Закрепление техники выполнение мост из положения	Осваивать технику выполнения стойки на	Формировать и удерживать учебную задачу;	Выполнить

№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
			лежа на спине. Эстафета «Построить мост»	лопатках.	задавать вопросы, слушать собеседника.	акробатическую комбинацию <b>стр. 75</b>
29			Зачетная комбинация. « Вызов номеров». <b>О.Т. Требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями и спортом.</b>	Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.	Выполнять действия в соответствии с поставленной задачей условиями её реализации; навыки сотрудничества в разных ситуациях	Выполнить акробатическую комбинацию
30			Обучение технике упражнений в равновесии( ходьбы приставными шагами; ходьба по бревну: повороты на носках и одной ноге; приседание и переход в упор присев, упор стоя на колене). Игра «Соблюдай равновесие».	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Выполнить упражнение в равновесии
31			Закрепление техники упражнений в равновесии. «Соблюдай равновесие» <b>О.Т. Как правильно дышать при различных физических упражнениях.</b>	Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).	Предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач; строить для партнёра понятные высказывания.	Выполнить упражнение в равновесии
32			Обучение технике выполнения лазания по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Придумай сам»	Описывают технику упражнений в лазанье	Использовать установленные правила в контроле способа решения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Выполнить прыжки через скакалку
33			Закрепление техники выполнения лазания по наклонной скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками. Прыжки со скакалкой. <b>Контрольная работа №2 по теме: «Личная гигиена. Закаливание».</b>	Оказывают помощь сверстникам в освоении упражнений в лазанье, анализируют технику, выявляют ошибки и помогают в исправлении.	Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; строить для партнёра понятные высказывания; принятие образа «хорошего ученика»	Выполнить прыжки через скакалку
<b>3 четверть (20 часов)</b>						
34			<b>Лыжная подготовка(12часов)</b> Инструктаж по Т.Б. по лыжной подготовке. Переноска и надевание лыж. Температурный режим занятий на лыжах. Игра «Быстрый лыжник»	Ознакомиться с правилами поведения на уроках и способами использования инвентаря.	Составлять планы и последовательность действий ;готовность и способность обучающихся к саморазвитию.	Повторить технику безопасности
35			Обучение передвижению на лыжах скользящим шагом без палок и с палками. Встречная эстафета с передачей палок.	Научиться передвигаться на лыжах; быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику	Устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели	Подготовить сообщение Температурный режим занятий на лыжах
36			Разучивание техники попеременного двухшажного хода. Эстафета. «Кто быстрее»?	Описывают технику изучаемых лыжных ходов	Применять установленные правила в планировании способа решений; задавать	Выполнить комплекс ОФП

№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
					вопросы для организации.	Стр. 37
37			Закрепление техники попеременного двухшажного хода. Игра «Маршевые салки»	Моделируют технику освоенных лыжных ходов	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения.	Выполнить имитацию техники передвижения попеременным двухшажным ходом
38			Разучивание техники подъема «лесенкой». Эстафеты с бегом и метанием снежков.  <b>О.Т. Питьевой режим при занятиях физическими упражнениями</b>	Описывают технику изучаемых лыжных ходов	Вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учёта сделанных ошибок; формулировать собственное мнение и позицию.	Выполнить имитацию подъема «лесенкой».
39			Закрепление техники подъема «лесенкой». Игра «Стреляющий лыжник».	Применяют передвижение на лыжах для развития координационных способностей	Использовать установленные правила в контроле способа решения; оказывать сотрудничество взаимопомощь.	Выполнить имитацию подъема «лесенкой». <b>С 50 – 54</b>
40			Сдача контрольного норматива - передвижение на лыжах до 1км. Лыжная эстафета.4х30 м.	Выполняют контрольные упражнения	Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.	Выполнить передвижение на лыжах до 1 км
41			Совершенствование техники попеременного двухшажного хода на небольшом уклоне. Эстафета без палок с этапом до 120 м	Научится: выполнять упражнения толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук.	Вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учёта сделанных ошибок; формулировать собственное мнение и позицию.	Составить комплекс ОРУ по лыжной подготовке
42			Техника безопасности при спусках и подъемах. Спуски с уклонов под 45 градусов. Прохождение дистанции до 2 км.	Научится: передвигаться на лыжах преодолевая маленькие склоны.	Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.	Повторение комплекса ОРУ по лыжной подготовке
43			Повторение техники спуска с уклонов под 45 градусов. Прохождение дистанции до 2 км с равномерной скоростью.	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять спуски и подъёмы.	Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей;	Повторить технику безопасности
44			Урок -игра. Лыжная эстафета 4х50. <b>О.Т. Правила личной гигиены.</b>	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять поворот для обратного движения вокруг флажка.	Вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты.	Придумать подвижную игру <b>Стр.45</b>
45			Повторение техники спуска в низкой стойке. Прохождение дистанции 2 км с разной скоростью.	Научится: передвигаться на лыжах преодолевая маленькие склоны.	Применять установленные правила в планировании способа решений; задавать вопросы для организации.	Выполнить передвижение на лыжах до 2 км

№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
46			<b>Подвижные игры на основе баскетбола (14 часов)</b> Инструктаж по Тб при проведении занятий по подвижным играм. Разучивание техники ловли и передача мяча двумя руками от груди в движении	Научится правильно принимать положение перед прыжком и после приземления.	Различать способ и результат действия; вести устный диалог по технике прыжка.	Повторить технику безопасности
47			Повторение техники ловли и передача мяча двумя руками от груди в движении. Эстафеты с мячом <b>О.Т.Физические упражнения и подвижные игры на удлинённых переменах.</b>	Научится: технически грамотно выполнять прыжковые упражнения.	Различать способ и результат действия; задавать вопросы, проявлять активность.	Подготовить сообщение «Правила гигиены»
48			Закрепление ловли и передача мяча двумя руками от груди в движении. Игра «Мяч капитану»	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр.	Ориентироваться в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия.	Повторить комплекс ОРУ на суше <b>Стр. 54</b>
49			Разучивание техники ведения мяча на месте с низким отскоком. Игра «Овладей мячом».	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения.	Повторить комплекс ОРУ на суше
50			Урок - игра. Игры на свежем воздухе. «Мяч соседу», «День и ночь», «Салки с обручем» <b>О.Т.Значение физических упражнений для укрепления здоровья.</b>	Научится: организовывать места занятий подвижными играми	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время подвижных игр. Развивать физические качества.	Выполнить комплекс ОФП
51			Закрепление техники ведения мяча правой (левой) рукой. Игра «Регулировщик». <b>Контрольная работа №3 «Физические упражнения и их значение для укрепления здоровья».</b>	Научится: выполнять ловлю и передачу мяча	Оценивать собственное поведение и поведение окружающих; проявления доброжелательности.	Выполнить подъем туловища из положения лежа (м-20, д-15)
52			Совершенствование техники ведения мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты с мячом	Уметь технически правильно выполнять ловлю и передачу мяча	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Выполнить сгибание-разгибание рук в упоре лежа (м-2х5, д-2х3) <b>Стр. 58</b>
<b>4 четверть (18 часов)</b>						
53			Разучивание техники броска мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра «10 передач».	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения.	Выполнить ловлю мяча на месте 20 раз
54			Закрепление техники броска мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра «Борьба за мяч»	Уметь технически правильно выполнять ведение мяча	Сформировать мотивацию к обучению;	Придумать эстафеты на свежем воздухе

№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
55			Закрепление техники броска мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра «Перестрелка» <b>О.Т.Значение физических упражнений для повышения умственной работоспособности.</b>	Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий.	Этические чувства, доброжелательность, эмоционально - нравственная отзывчивость.	Повторить технику броска мяча
56			Совершенствование техники ведения мяча с изменением скорости. Игра «Передача мяча в колоннах».	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью,	Придумать подвижную игру на свежем воздухе
57			Урок - игра. Игры на свежем воздухе «Третий лишний», «Пустое место». <b>О. Т. Выработка привычки к систематическим занятиям физической культурой.</b>	Излагать правила и условия проведения подвижной игры	Самостоятельная и личная ответственность за свои поступки	Повторить технику ведения мяча <b>Стр. 62</b>
58			Совершенствование техники ведения мяча с изменением скорости. Игра «Передача мяча в колоннах».	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр.	Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях.	Выполнить комплекс ОРУ с мячом
59			Разучивание техники броска в цель. Игра «Мяч в корзину».	Моделировать игровые ситуации	Использовать установленные правила в контроле способа решения	Повторить комплекс ОРУ с мячом
60			<b>Легкая атлетика(9 часов)</b> Инструктаж по Т.Б на уроках легкой атлетики. Обучение технике бега на короткие дистанции. Игры «Вызов номеров»,«Лапта с перебежкой»	Применяют беговые упражнения для развития физических качеств	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов.	Повторить технику безопасности
61			Тест - бег 30 м. Игры «Вызов номеров», «Догони свою пару»	Описывают технику беговых упражнений, осваивают её самостоятельно	Самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.	Выполнить бег с ускорением 20-30 м <b>Стр. 66</b>
62			Урок - игра, соревнования по бегу на 60 м. Игры «Кто лишний», «Лапта с перебежкой». <b>О.Т. Приёмы измерения пульса (частоты сердечных сокращений до, во время и после физических нагрузок)</b>	Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений.	Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Повторить беговые упражнения л/атлета
63			Обучение технике метания мяча с места. Бег-500м. Игры «Лапта с перебежкой », «Снайперы» .	Применяют беговые упражнения для развития физических качеств	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; осуществлять взаимный контроль.	Имитировать метания малого мяча(10 повторов)
64			Закрепление техники метания мяча с места. Бег-1000м. Игры «Лапта с перебежкой », «Снайперы» Урок-игра. Определение уровня физической подготовки учащихся. <b>О.Т.Требования к одежде и обуви для занятий</b>	Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	Использовать общие приёмы решения поставленных задач; ставить вопросы, обращаться за помощью.	Имитировать метания малого мяча(10 повторов)

№ урока	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	фактически		предметные	метапредметные	
65			Сдача контрольного норматива -метание мяча в цель с 6 м из5попыток .П.И «Снайперы». <b>О.Т.Травмы, которые можно получить при занятии физическими упражнениями</b>	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений	Определять общую цель и пути её достижения; формировать свои затруднения.	Выполнить метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (5-6 попаданий)
66			Обучение техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Игра «Мяч соседу».	Описывают технику выполнения прыжковых упражнений	Выбирать наиболее эффективные способы решения задач: мотивация самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.	Повторить технику прыжка в длину с разбега <b>Стр.78</b>
67			Закрепление техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Игра «Прыжок за прыжком». <b>Контрольная работа №4 по теме: Вода и питьевой режим. Правила первой помощи».</b>	Применяют прыжковые упражнения для развития соответствующих физических способностей	Выполнять учебные действия; строить рассуждения, обобщать; задавать вопросы, обращаться за помощью.	Выполнить прыжки вверх с хлопками в ладоши(30 раз)
68			<b>Сдача контрольного норматива-</b> прыжок в длину способом «согнув ноги». Игра «Волк во рву» <b>О.Т.Первая помощь при получении травмы.</b>	Выполняют контрольные упражнения	Выполнять учебные действия; строить рассуждения, обобщать; задавать вопросы, обращаться за помощью.	Повторить технику прыжка в длину с разбега

## Календарно-тематическое планирование по физической культуре, 4 класс

№ урок а	дата		Наименование разделов и тем	Планируемые результаты		Домашние задание
	По плану	факти чески		предметные	Метапредметные Личностные	
1			<b>Легкая атлетика(8часов)</b> Инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики. Обучение высокому старту (до 10-15 м). П\и «Салки».	Научится: выполнять действия по образцу: соблюдать правила поведения на спортивной площадке.	Формировать и удерживать учебную задачу; ставить вопросы, обращаться за помощью; умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. Личностные -проявлять навыки сотрудничества в разных ситуациях.	повторить технику безопасности
2			Повторение техники высокого старта (до 10-15 м). П\и Догоняй-убегай. Тест-наклон вперед из положения сидя. О.Т. История легкой атлетике.	Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; осуществлять взаимный контроль. Личностные -проявлять интерес к новому учебному материалу.	повторить специальные беговые упражнения
3			Сдача контрольного норматива –бег 60 м. П\и «Третий лишний», «Салки».	Выполняют контрольные упражнения	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; участвовать в коллективном обсуждении; Личностные - проявлять навыки сотрудничества и оценивать собственные результаты.	выполнить ускорение до 30 м. 3 раза.
4			Длительный бег. Метание мяча. П\И.»Сильные и ловкие».П\и «Пионербол» Тест – подтягивания О.Т. Страницы истории..	Научится: правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.	Определять общую цель и пути её достижения; формировать свои затруднения. Личностные - проявлять навыки сотрудничества и оценивать собственные результаты.	выполнить бег 1000 м . Глава 1 стр 4
5			Обучение технике выполнения отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги». Игры «Перестрелка», «Сильные и ловкие». Тест – прыжок в длину с места.	Описывают технику выполнения прыжковых упражнений , осваивают ее самостоятельно.	Выполнять учебные действия; строить рассуждения, обобщать; задавать вопросы, обращаться за помощью. Личностные- осуществлять самоконтроль	выполнить бег 1000 м

6		Обучение подбору разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. П/и «Лапта с перебежкой». Тест – челночный бег 3x10 м. О.Т. Страницы истории.	Применяют прыжковые упражнения для развития соответствующих физических способностей	Выполнять учебные действия; строить рассуждения, обобщать; задавать вопросы, обращаться за помощью. Личностные - адекватная мотивация учебной деятельности.	повторить технику разбега Глава 1 стр 5
7		Закрепление техники метания теннисного мяча дальность. П/и. «Снайперы». Тест – бег 1000м. О.Т. Мифы и легенды древних Олимпийских игр.	Научится: использовать технику метания мяча при выполнении упражнений, контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнения	Применять установленные правила в планировании способа решения задач; задавать вопросы обращаться за помощью; умение не создавать конфликтов и находить правильное решение Личностные - проявлять интерес к новому учебному материалу.	подготовить реферат
8		Сдача контрольного норматива - метание мяча на дальность. П/и «Метко в цель». Бег 1500 м	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений	Определять общую цель и пути её достижения; формировать свои затруднения; проявления доброжелательности. Личностные -принимать оперативно решение.	повторить технику метание мяча
9		<b>Спортивные игры (Баскетбол 8 часов)</b> Инструктаж по ТБ на уроках спортивных игр - баскетбол. Разучивание техники: стойки игроков, перемещения в стойке .	Овладевают основными приемами игры в баскетбол	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов. Личностные -способность управлять своими эмоциями.	повторить технику безопасности на занятиях баскетболом.
10		Обучение ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте в парах. Эстафета« Передал- садись»	Научится: технически грамотно выполнять ловлю и передачу мяча.	Различать способ и результат действия; задавать вопросы, проявлять активность . Личностные - находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.	выполнить ловлю мяча на месте 20 раз
11		Разучивание техники ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте. Игра «Регулировщик»;	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из	Ориентироваться в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия.	Выполнить приседание на одной ноге



			«Борьба за мяч» <b>ОТ:</b> История развития игры баскетбол.	подвижных игр.	Личностные -принимать оперативно решение.	
12			Закрепление техники ведения, передачи мяча. Игра «Борьба за мяч». О.Т.Психологические особенности возрастного развития.	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения. Личностные -принимать оперативно решение.	Глава 1 стр 11
13			Разучивание техники броска одной и 2-мя руками с места. Игра в мини-баскетбол. Игра «10 передач» О.Т.Основные правила игры.	Научится: выполнять бросок мяча	Оценивать собственное поведение и поведение окружающих; проявления доброжелательности. Личностные - проявлять интерес к новому учебному материалу.	Глава 3 стр 89
14			Закрепление техники броска мяча одной и двумя руками от плеча в движении (после ведения) Игра «Вороны-воробыи»	Уметь технически правильно выполнять бросок мяча	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии Личностные- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	Повторить технику ведение мяча
15			Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Игра в мини-баскетбол ОТ: Терминология баскетбола.	Освоить ведение и передачу мяча. Развивать физические качества.	Различать способ и результат действия; вести устный диалог по технике броска. Личностные- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам.	Повторить технику остановки 2-мя шагами и прыжком.
16			Вырывание и выбивание мяча. Нападение быстрым прорывом. Игра «Пятнашки в парах» О.Т.Основные приемы игры.	Уметь технически правильно выполнять вырывание и выбивание мяча	Сформировать мотивацию к обучению; самостоятельная и личная ответственность за свои поступки. Личностные - проявлять интерес к новому учебному материалу.	Глава 3 стр 91
17			<b>Гимнастика (12 часов)</b> Инструктаж по ТБ на уроках	Определять	Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и	глава 3 стр 81

			гимнастики. Разучивание техники перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. Игра «Светофор»	ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.	развитие двигательных качеств. Личностные -ориентироваться на понимание причин успеха в учебной деятельности, самоанализ и контроль.	
18			Закрепление техники перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. Игра «Фигуры».	Подача строевых команд, подсчёт при выполнении ОРУ.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов. Личностные- проявлять выдержку, самообладание.	повторить строевые упражнения.
19			Обучение технике кувырка вперед и назад, стойка на лопатках. П/И «Перестрелка» О.Т.Правильная и неправильная осанка	Объяснение в доступной форме техники выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их	Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность. Личностные- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений.	глава 1 стр 7
20			Закрепление техники кувырка вперед и назад, стойка на лопатках. Игра «Перестрелка».	Описывать технику разучиваемых упражнений	Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления Личностные- проявлять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	повторить кувырки
21			Зачетная комбинация акробатики .Подтягивание.  ОТ: Значения гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки.	Выполняют акробатические элементы	Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; Личностные- формировать собственное мнение и позицию раскрывать внутреннюю позицию школьника.	выполнить комплекс ОРУ без предметов
22			Вис согнувшись, вис прогнувшись (М), смешанные висы (Д). Подтягивание в висе. О.Т.Зрение.	Осваивать технику висов..	Анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения Личностные- формирование культуры	глава 1 стр 10

					движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.	
23			Обучение технике лазанию по канату. Разучивание упражнений с партнером. П/И «Смена мест»	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений.	Осуществлять анализ выполненных действий. Личностные- проявлять выдержку, самообладание.	выполнить сгибание-разгибание рук в упоре лежа(м-2х5, д-2х3)
24			Закрепление техники лазания по канату. П/И «Салки на одной ноге». О.Т.Виды гимнастики.	Осваивать технику выполнения лазания.	Активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике. Личностные- мотивационная основа на занятия гимнастикой.	Глава 3 стр 80
25			Обучение технике прыжка, согнув ноги. Игра «Чехарда». О.Т. Помощь и страховка на снарядах	Освоить технику прыжков , выбирать наиболее эффективные способы решения задач	Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения. Личностные- способность управлять своими эмоциями.	Выполнить подъем туловища из положения лежа (М-20, д-15)
26			Закрепление техники прыжка, согнув ноги.(козел в ширину,высота80 -100 см) Прыжки с двумя скакалками. ОТ: Развитие гибкости.	Оказывают помощь сверстникам в освоении упражнений в лазанье, анализируют технику, выявляют ошибки и помогают в исправлении.	Формировать и удерживать учебную задачу; задавать вопросы, слушать собеседника. Личностные- проявлять выдержку, самообладание.	Составить комплекс ОРУ в парах
27			Учет выполнения техники опорного прыжка. П/и.»Смена мест» Контрольная работа №1 «Гимнастика»	Освоить технику опорного прыжка, выбирать наиболее эффективные способы решения задач	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Личностные- ориентироваться на понимание причин успеха в учебной деятельности, самоанализ.	Повторить комплекс упражнений с партнером
28			Эстафеты со скакалкой. Подтягивание на перекладине высокой(м),на низкой (д)/	Выполняют контрольные упражнения.	Предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач; строить для партнёра понятные	Глава 3 стр 82

			О.Т.Техника выполнения гимнастических упражнений.		высказывания. Личностные- ориентироваться на понимание причин успеха в учебной деятельности, самоанализ.	
29			<b>Лыжная подготовка(12 часов)</b> Инструктаж по Т.Б. на уроках по лыжной подготовке. О.Т. История лыжного спорта.	Изучают историю лыжного спорта.	Использовать установленные правила в контроле способа решения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные - проявлять интерес к новому учебному материалу	Глава 3 стр 108
30			Разучивание техники передвижения попеременным двухшажным ходом. О.Т.Одежда, обувь и лыжный инвентарь.	Научиться передвигаться на лыжах; быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику	Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; строить для партнёра понятные высказывания; принятие образа «хорошего ученика» Личностные - проявлять интерес к новому учебному материалу.	Глава 3 стр 109
31			Закрепление техники передвижения попеременным двухшажным ходом. Прохождение дистанции 2 км. Игра «Кто дальше проскользит» .	Научиться передвигаться на лыжах; быстро преодолевать дистанцию	Формировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем; проявлять активность во взаимодействии для решения задач. Личностные- проявлять выдержку, самообладание.	Повторить технику передвижения на лыжах
32			Разучивание техники передвижения одновременным бесшажным ходом. Прохождение дистанции до 3 км.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов	Использовать речь для регуляции своего действия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействиях. Личностные- проявлять выдержку, самообладание	Выполнить выпрыгивание вверх из упора присев.
33			Закрепление техники передвижения одновременным бесшажным ходом. Игра «Ловишка на лыжах»	Моделируют технику освоенных лыжных ходов	Самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов. Личностные- проявлять дисциплинированность , трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Выполнить подтягивание на перекладине
34			Техника безопасности при спусках и	Описывают технику	Составлять планы и последовательность	Повторить

			подъемах. Обучение спускам с уклонов под 45 градусов. Подъему «полуелочкой».	изучаемых лыжных ходов	действий; готовность и способность обучающихся к саморазвитию. Личностные- формирование положительного отношения к учению	технику безопасности
35			Закрепление техники спуска с уклонов под 45 градусов. О.Т.Оказание помощи при обморожениях и травмах.	Применяют правила оказания помощи при обморожениях.	Устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели Личностные- осознание своих возможностей в учении.	Подготовить сообщение.
36			Соревнование. Контроль прохождения дистанции 1 км. Встречная эстафета без палок.	Научиться передвигаться на лыжах ;быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику	Формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии. Личностные- способность к саморазвитию	Выполнить прохождение дистанции 2км
37			Разучивание техники торможение "плугом ". Встречная эстафета. ОТ: Значения занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности	Выполняют контрольные упражнения	Применять установленные правила в планировании способа решений; задавать вопросы для организации. Личностные- способность к саморазвитию	Выполнить прохождение дистанции 3 км
38			Техника спусков в средней стойке, подъемов «елочкой», торможение «плугом». О.Т.Основные правила соревнований.	Научится: передвигаться на лыжах преодолевая маленькие склоны.	Вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учёта сделанных ошибок; формулировать собственное мнение и позицию. Личностные- формирование положительного отношения к учению	Глава 3 стр 109
39			Учёт техники прохождения дистанции 2км. О.Т.Известные выдающие лыжники страны. Круговая эстафета до 150 метров.	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять спуски.	Использовать установленные правила в контроле способа решения; оказывать сотрудничество взаимопомощь. Личностные- формирование положительного отношения к учению	Выполнить комплекс ОФП
40			Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции 2 - 3 км.	Научится: передвигаться на лыжах выполнять	Осуществлять анализ выполненных действий.	Выполнить имитацию

			Контрольная работа №2 «Лыжная подготовка»	спуск в средней стойке не падая на снег.	Личностные- стремление к самоизменению.	техники торможение "плугом".
41			<b>Спортивная игра (Волейбол 8 часов)</b> Инструктаж по ТБ при проведении с/и волейбол. Обучение передаче мяча сверху двумя руками. Игра «Перестрелка»	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр.	Ориентироваться в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия. Личностные- владение умением осуществлять поиск информации .	Повторить технику безопасности
42			Закрепление передачи мяча сверху двумя руками. Передачи мяча над собой. Игра. «Два мяча через сетку» ОТ: История и возникновения и развития спортивной игры волейбол.	Освоить передачу мяча. Развивать физические качества.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения. Личностные- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.	Выполнить выпрыгивание вверх из упора присев 12 раз.
43			Закрепление передачи мяча над собой. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку . Игра «Мяч в воздухе». «Жонглеры». О.Т.Основные правила игры в волейбол.	Уметь технически правильно выполнять передачу мяча над собой	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии. Личностные- оценивать индивидуальное физическое развитие	Глава3 стр 94 Повторить технику передачи мяча над собой
44			Разучивание техники нижней прямой подачи с расстояния 3-6м. от сетки. Учебная игра. Игра «Свеча»	Уметь технически правильно выполнять подачу мяча	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты; Личностные- сформировать мотивацию к обучению	Выполнить 5 передач сверху 2 руками над собой
45			Закрепление техники нижней прямой подачи. Игра «Сумей принять» Игра «Кто больше удержит мяч», «Жонглеры»	Уметь технически правильно выполнять подачу мяча	Уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; Личностные- способность активно	Повторить технику прыжка в длину с места.

			ОТ: Техника выполнения нижней подачи мяча.		включаться в совместные игровые ситуации.	
46			<b>Учёт</b> нижней прямой подачи с 3-6м. Игра «Жонглеры» О.Т.Основные приемы игры	Выполнять контрольные упражнения	Осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; Личностные- способность к саморазвитию.	Выполнить челночный бег.
47			Обучение технике прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Игра «Мяч в стенку»	Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий.	Самооценка на основе критериев успешной деятельности; формулировать собственное мнение Личностные- мотивационная основа на занятии.	Выполнить прыжки из полного приседа
48			Закрепление техники прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Игра «Перестрелка» О.Т.Отличие высокой стойки от низкой.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью. Личностные- знать основные моральные этические нормы.	Выполнить сгибание рук в упоре лежа
49			<b>Плавание (8)</b> Инструктаж поТ.Б. на уроках плавание. Специальные плавательные упражнения.	Описывают технику выполнения плавательных упражнений.	Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире. Личностные- способность ученика к саморазвитию, к самоанализу.	Глава 3 стр 113
50			Старты. Повороты. Проплывание отрезков 25 м по 4 раза.	Описывают технику выполнения плавательных упражнений.	Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей; Личностные- способность к саморазвитию.	Составить комплекс ОРУ
51			Совершенствование техники движения рук, ног, туловища, плавание в полной координации. Игры и развлечения на воде.	Осваивают самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки.	Применять установленные правила в планировании способа решений; задавать вопросы для организации. Личностные- способность к саморазвитию.	Выполнить комплекс ОФП
52			Совершенствование техники движения рук, ног, туловища,	Применяют разученные упражнения для развития	Выбирать действия в соответствии с поставленной задачей; задавать вопросы,	Повторить упражнения

			плавание в полной координации. Игры и развлечение на воде.	выносливости.	необходимые для организации собственной деятельности. Личностные- способность к саморазвитию	для изучения техники плавания кролем на спине
53			Нырание ногами и головой. Проплывание отрезков 50 м по 4 раза. О.Т. Плавание как средство отдыха, укрепление здоровья, закаливание.	Овладевают основными приемами плавания.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения. Личностные- формирование положительного отношения к учению	Подготовить реферат
54			Контроль проплывания -25 м на результат.	Выполняют контрольные упражнения.	Адекватно воспринимать предложение учителей, по исправлению ошибок. - осознание своих возможностей в учении.	Выполнить комплекс ОРУ на развитие силы
55			Нырание ногами и головой. Проплывание отрезков 50 м по 4 раза. О.Т.Влияние занятий плаванием на развитие выносливости.	Осваивать умение дышать под водой, выполнять плавательные упражнения.	Различать способ и результат действия; вести устный диалог по технике прыжка. Личностные- ориентироваться на понимание причин успеха в учебной деятельности	Выполнить комплекс ОФП
56			Сдача контрольного норматива- проплывание 50 м на результат.	Выполняют контрольные упражнения.	Различать способ и результат действия; задавать вопросы, проявлять активность. Личностные-осознание своих возможностей в учении.	Составить комплекс ОРУ с предметами на месте
57			<b>Лапта (6 часов)</b> Инструктаж по Т.Б. при проведении игры « лапта». Правила игры. Разучивание техники удара сверху.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр.	Планировать пути достижения цели; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях. Личностные- проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лапты.	Повторить технику безопасности.
58			Закрепление техники удара сверху.	Моделировать игровые	Использовать установленные правила в	Выполнить



			Игра ««Охота на зайцев».	ситуации	контроле способа решения. Личностные- владение умением осуществлять поиск информации.	приседание на одной ноге
59			Закрепление техники удара сбоку. Игры «Перебежки под обстрелом»; «Передал- садись». О.Т. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья.	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности	Умение принимать и сохранять учебную задачу. Личностные- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Выполнить сгибание рук в упоре лежа
60			Обучение навыков ловли мяча одной и двумя руками с выполнением передачи мяча. Передачи мяча в стену Игра «Рывок мячом»	Описывают технику игровых действий и приемов	Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. Личностные- проявлять устойчивый познавательный интерес.	Выполнить бросок мяча в цель
61			Разучивание техники осаливания в игре. Игра «Катающаяся мишель». Передачи мяча в стену.	Оценивать свое состояние.	Познавательные: общеучебные - соблюдать приёмы безопасного и рационального труда; осуществлять сотрудничество. Регулятивные: планировать последовательность практических действий для реализации замысла. Коммуникативные: уметь формировать коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими (учителем, сверстниками). Личностные: высказывают своё мнение, подтверждая собственными аргументами и другим авторитетным мнением	Повторить правила игры
62			Закрепление навыков ловли мяча одной и двумя руками с выполнением передачи мяча. Игра «Вышибалы». Учебная игра в лапту. ». Тест – челночный бег 3х10м.	Оценивать свое состояние.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов. Личностные- давать адекватную позитивную самооценку.	Повторить правила игры

63		<p><b>Легкая атлетика(6 часов)</b> Инструктаж по ТБ на уроках по легкой атлетике. Высокий старт (до 10-15 м). Тест – наклон вперед из положения сидя.</p> <p>П\и «Третий лишний», «Салки»</p>	Применяют беговые упражнения для развития физических качеств	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; осуществлять взаимный контроль. Личностные- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений.	Повторить технику безопасности на занятиях лёгкой атлетики.
64		<p>Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40м).П\и. «Догоняй и убегай» Тест-прыжок в длину с места. О.Т. Виды бега</p>	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	Использовать общие приёмы решения поставленных задач; ставить вопросы, обращаться за помощью. Личностные- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений.	Выполнить ускорение до 40 м.- 3 раза.
65		<p>Сдача контрольного норматива –бег 60 м. Игра «Сильные и ловкие».</p>	Выполнять контрольные упражнения	Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Личностные- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений.	Повторить технику прыжка в длину с места
66		<p>Закрепление техники длительного бега. П\и. Лапта с перебежкой. Тест – подтягивания. О.Т. Влияние бега на средние дистанции на ЧСС</p>	Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений	Определять общую цель и пути её достижения; формировать свои затруднения. Личностные- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений.	Выполнить ускорение до 40 м.- 3 раза
67		<p>Закрепление техники метания мяча. Бег до 12 мин. Игра « Лапта с перебежкой». Контрольная работа №3 «Легкая атлетика»</p>	Применяют разученные упражнения для развития выносливости	Выбирать наиболее эффективные способы решения задач: Личностные- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений.	Подготовить реферат
68		<p>Сдача контрольного норматива- бег 1000м .</p>	Выполняют контрольные упражнения	Выполнять учебные действия; строить рассуждения, обобщать; задавать вопросы, обращаться за помощью.	Выполнить бег 1000м

					Личностные- формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами	
--	--	--	--	--	--	--