

Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура» 1-4 классах

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов разработана на основании:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 (с изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.)
3. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия №3» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, утвержденной приказом от 27.08.2018г. № 332
4. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов МБОУ «Гимназия №3» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, утвержденного приказом № 149 от 30.03.2018 г.
5. Учебного плана МБОУ «Гимназия №3» на 2020-2021 учебный год, утвержденного приказом № 246 от 18.08.2020г.

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе используется учебник: Лях В.И. Физическая культура. 1-4 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2017г.

Рабочая программа составлена для 1 классов на 99 часов, 33 недели в год, 1 час в неделю; для 2-4 классов на 102 часов в год, 3 часа в неделю, 34 недели.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета:

К концу учебного года выпускник научится:

- о зарождении древних Олимпийских игр;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаляющих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
- возникновение первых спортивных соревнований;
- появление мяча, упражнений и игр с мячом;
- физические упражнения, их отличие от естественных движений;
- основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие;
- закаливание организма (обтирание).

Выпускник имеет возможность научиться:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

В процессе уроков будет идти подготовка к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Проектная деятельность на уроках физической культуры используется как средство формирования социальной компетентности школьников. Метод проекта будет использоваться для разностороннего развития, обучения и воспитания обучающихся, имеет направленность на развитие творческих способностей учащихся, на адаптацию к современным социально-экономическим условиям жизни.

Класс	Наименование
1	«Здоровый образ жизни»
2	«Сделай шаг навстречу спорту»
3	«Виды спорта», «Мой любимый вид спорта»
4	«Познай себя», «Развитие физических возможностей путем самостоятельной работы».

При организации и проведении современного урока физкультуры необходимо использование ИКТ, что позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности учащихся, расширять общий кругозор.

«Рассмотрено на заседании ПК»
Руководитель предметной
кафедры
Сам /Саттарова Л.Х./
протокол № 1
«24» августа 2020 г.

«Согласовано»
Заместитель директора
МБОУ «Гимназия № 3»
Е.Н. Камбулова Е.Н./

«Утверждено»
приказом № 25 от 24.08.2020 г.
Директор МБОУ «Гимназия № 3»
М.Н. Абзянова М.Н./



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре для 1- 4 классов

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Гимназия № 3»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Принято на заседании
педагогического совета
протокол №2
от «24» августа 2020 г.

2020 – 2024 учебные года

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 1 - 4 классов разработана на основании:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012г. № 273-ФЗ.
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 (с изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.).
3. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия №3» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, утвержденной приказом от 27.08.2018г. № 332.
4. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов МБОУ «Гимназия №3» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, утвержденного приказом № 149 от 30.03.2018 г.
5. Учебного плана МБОУ «Гимназия №3» на 2020-2021 учебный год, утвержденного приказом № 246 от 18.08.2020г.

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе используется учебник: Лях В.И. Физическая культура. 1-4 кл: учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2017г.

В 1-м классе рабочая программа рассчитана на 99 часа, из расчета 3 ч. в неделю и 33 учебных недель за год.

В 2-4-м классе рабочая программа рассчитана на 102 часа, из расчета 3 ч. в неделю и 34 учебных недель за год.

Содержание учебного предмета «Физическая культура»

1 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. **Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости, выносливости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических качеств.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики

Организующие команды и приемы: строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения: упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации: мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация: из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись со спуском вперед ноги.

Гимнастические упражнения прикладного характера: прыжки со скакалкой, передвижение по гимнастической стенке, преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: Повороты; спуски; подъемы; торможение.

Плавание.

Подводящие упражнения:

Вхождение в воду;

Передвижение по дну бассейна;

Упражнения на всплытие;

Лежание и скольжение;

Упражнения на согласование работы рук и ног;

Проплавание учебных дистанций: произвольным способом.

Подвижные и спортивные игры

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

2 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости, выносливости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закалывающих процедур. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических качеств.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы: строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд **Акробатические упражнения:** упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации: мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация: из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Гимнастические упражнения прикладного характера: прыжки со скакалкой, передвижение по гимнастической стенке, преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах:

Повороты;

Спуски;
Подъемы;
Торможение

Плавание.

Подводящие упражнения:

Вхождение в воду;
Передвижение по дну бассейна;
Упражнения на всплытие;
Лежание и скольжение;
Упражнения на согласование работы рук и ног;
Проплытие учебных дистанций: произвольным способом.

Подвижные и спортивные игры

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

3 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости, выносливости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических качеств.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы: строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд **Акробатические упражнения:** упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации: мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация: из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера: прыжки со скакалкой, передвижение по гимнастической стенке, преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах:

Повороты;

Спуск;

Подъемы;

Торможение.

Плавание

Подводящие упражнения:

Вхождение в воду;
Передвижение по дну бассейна;
Упражнения на всплытие;
Лежание и скольжение;
Упражнения на согласование работы рук и ног;
Проплытие учебных дистанций: произвольным способом.

Подвижные и спортивные игры

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

4 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Характеристика основных физических качеств: силы, выносливости, гибкости и координации.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости, выносливости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических качеств.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики.

Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах:

Повороты;

Спуски в основной стойке;

Подъем «лесенкой»;

Торможение «плугом».

Плавание.

Подводящие упражнения:

Вхождение в воду;

Передвижение по дну бассейна;

Упражнения на всплывание;

Лежание и скольжение;

Упражнения на согласование работы рук и ног;

Проплывание учебных дистанций: произвольным способом.

Подвижные и спортивные игры

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

В процессе уроков будет идти подготовка к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Проектная деятельность на уроках физической культуры используется как средство формирования социальной компетентности школьников. Метод проекта будет использоваться для разностороннего развития, обучения и воспитания обучающихся, имеет направленность на развитие творческих способностей учащихся, на адаптацию к современным социально-экономическим условиям жизни.

Класс	Наименование
1	«Здоровый образ жизни»
2	«Сделай шаг навстречу спорту»
3	«Виды спорта», «Мой любимый вид спорта»
4	«Познай себя», «Развитие физических возможностей путем самостоятельной работы».

При организации и проведении современного урока физкультуры необходимо использование ИКТ, что позволяет успешно совмещать не только физическую, но и умственную работу, развивать интеллектуальные и творческие способности учащихся, расширять общий кругозор.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

Знания о физической культуре.

Выпускник научится:

– ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

– раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

– ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

– выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

– характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

– отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

– организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

– измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

– вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

– целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

– выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

– выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

– выполнять организующие строевые команды и приемы;

– выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

– выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

– выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);

– выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

– сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

– выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

– играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;

– выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

– плавать, в том числе спортивными способами;

– выполнять передвижения на лыжах.

Демонстрировать уровень физической подготовленности

1 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	Высокий	Средний	Низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

2 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Контрольные упражнения	Уровень			Уровень		
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз		5	4	3		
Подтягивание в висе лежа, согнувшись				12	8	5

3 класс

4 класс

Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин. с	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (1 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		1
1	Базовая часть	80
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	14
1.3	Гимнастика с основами акробатики	18
1.4	Легкая атлетика	23
1.5	Лыжные гонки	19
1.6	Плавание	6
2	Вариативная часть	19
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	9
2.2	Подвижные игры с элементами футбола	10
	Итого	99

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (2 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		2
1	Базовая часть	84
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	16
1.3	Гимнастика с основами акробатики	21
1.4	Легкая атлетика	21
1.5	Лыжные гонки	20
1.6	Плавание	6
2	Вариативная часть	18
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	10
2.2	Подвижные игры с элементами футбола	8
	Итого	102

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (3 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		3
1	Базовая часть	82
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	16
1.3	Гимнастика с основами акробатики	18
1.4	Легкая атлетика	21
1.5	Лыжные гонки	20
1.6	Плавание	7
2	Вариативная часть	20
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	10
2.2	Подвижные игры с элементами футбола	10
	Итого	102

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (4 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		4
1	Базовая часть	82
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	14
1.3	Гимнастика с основами акробатики	22
1.4	Легкая атлетика	21
1.5	Лыжные гонки	20
1.6	Плавание	5
2	Вариативная часть	20
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	10
2.2	Подвижные игры с элементами футбола	10
	Итого	102

Календарно-тематическое планирование составлено на основании учебного плана МБОУ «Гимназия №3» на 2020-2021 учебный год, утвержденного приказом № 246 от 18.08.2020г.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 1-х классов (99час)

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся	Универсальные учебные действия	Дата проведения	
				план	факт
<i>1 четверть: Легкая атлетика – 12 ч</i>					
1	Разновидности ходьбы	<p>Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростных качеств. Развитие скоростных и координационных способностей.</p> <p>Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно ходьба, как она выполняется.</p> <p>Личностные: Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	АБ 2.09 Г 2.09 В 2.09	
2	Разновидности ходьбы	<p>Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м). Подвижная игра «Вызов номера». Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств.</p> <p>Теория: История развития физической культуры и первых соревнований.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно ходьба, как она выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p> <p>Личностные: формирование мотивации к изучению нового.</p>	АБ 4.09 Г 3.09 В 3.09	
3	Бег с ускорением	<p>Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м, 60 м). Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция»</p> <p>Теория: Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно ходьба, как она выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p> <p>Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и</p>	АБ 7.09 Г 4.09 В 7.09	

			эмоционально-нравственной отзывчивости.		
4		Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег (60 м). ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие скоростных качеств. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужна ходьба, как она выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АБ 9.09 Г 9.09 В 9.09	
5	Прыжки с продвижением вперед	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Теория: Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	АБ 11.09 Г 10.09 В 10.09	
6	Прыжки с продвижением вперед	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять прыжки с продвижением вперед, уметь рассказать правила выполнения ОРУ. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	АБ 14.09 Г 11.09 В 14.09	
7	Прыжок в длину с места	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Лисы и курь».	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять прыжок в длину с места, уметь рассказать правила выполнения ОРУ. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	АБ 16.09 Г 16.09 В 16.09	
8	Прыжок в длину с места	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Игра «Кто дальше прыгнет».	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать	АБ 18.09 Г 17.09 В 17.09	

			<p>оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжок в длину с места, уметь рассказать правила выполнения ОРУ.</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.</p>		
9	Развитие скоростно-силовых способностей	<p>Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания.</p> <p>Подвижная игра «К своим флажкам» ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Прыжки со скакалкой.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения метания мяча.</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>	<p>АБ 21.09</p> <p>Г 18.09</p> <p>В 21.09</p>	
10	Развитие скоростно-силовых способностей	<p>Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания.</p> <p>Подвижная игра «Попади в мяч». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения метания мяча.</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>	<p>АБ 23.09</p> <p>Г 23.09</p> <p>В 23.09</p>	
11	Метание малого мяча	<p>Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на заданное расстояние. Подвижная игра «Кто дальше бросит». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения метания мяча.</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества</p>	<p>АБ 25.09</p> <p>Г 24.09</p> <p>В 24.09</p>	

			со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.		
12	Метание малого мяча	Метание малого мяча из положения, стоя грудью в направления метания. Подвижная игра «К своим флажкам». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических качеств.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять метания мяча из положения стоя. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях.	АБ 28.09 Г 25.09 В 28.09	
<i>1 четверть: Подвижные игры – 14 ч.</i>					
13 14	Развитие скоростно-силовых способностей	Техника безопасности –подвижные игры. ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Теория: Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АБ 30.09 2.10 Г 30.09 1.10 В 30.09 1.10	
15 16	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Теория: Подвижные игры во время прогулок.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АБ 5.10 7.10 Г 2.10 7.10 В 5.10 7.10	
17 18	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Передвижение по наклонной лестнице.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АБ 9.10 12.10 Г 8.10 9.10 В 8.10 12.10	

19 20	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Теория: Правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АБ14.10 16.10 Г 14.10 15.10 В 14.10 15.10	
21 22	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях.	АБ 19.10 21.10 Г 16.10 21.10 В 19.10 21.10	
23 24	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АБ 23.10 26.10 Г 22.10 23.10 В 22.10 26.10	
25 26	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АБ 28.10 30.10 Г 28.10 29.10 В 28.10 29.10	
II четверть: Гимнастика с основами акробатики – 18 ч.					
27 28	Построение в колонну по одному	Инструктаж по ТБ. Основная стойка. Построение в колонну по одному. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.	АБ 9.11 11.11 Г 30.10 11.11 В 9.11	

		<p>животе. Игра «Пройти бесшумно».</p> <p>Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	11.11	
29 30	Построение в колонну по одному	<p>Основная стойка. ОРУ на месте.</p> <p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Группировка.</p> <p>Перекаты в группировке, лежа на животе.</p> <p>Игра «Пройти бесшумно».</p> <p>Развитие координационных способностей.</p> <p>Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Название основных гимнастических снарядов.</p> <p>Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	<p>АБ13.11</p> <p>16.11</p> <p>Г 12.11</p> <p>13.11</p> <p>В 12.11</p> <p>16.11</p>	
31	Перекаты в группировке	<p>Основная стойка. Построение в шеренгу.</p> <p>ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе.</p> <p>Игра «Совушка».</p> <p>Развитие координационных способностей.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	<p>АБ 18.11</p> <p>Г 18.11</p> <p>В 18.11</p>	
32				<p>АБ 20.11</p> <p>Г 19.11</p> <p>В 19.11</p>	

33	Перекаты в группировке	Основная стойка. Построение в круг. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей. Комплекс: гимнастика для глаз.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	АБ 23.11 Г 20.11 В 23.11	
34				АБ 25.11 Г 25.11 В 25.11	
35	Перестроения	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с обручами. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	АБ 27.11 Г 26.11 В 26.11	
36		Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Передвижение по гимнастической стенке.		АБ 30.11 Г 27.11 В 30.11	
37 38	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. ОРУ с обручами. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять размыкание на вытянутые в стороны руки, повороты направо, Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	АБ 2.12 4.12 Г 2.12 3.12 В 2.12 3.12		
39	Ходьба по гимнастической скамейке	Повороты направо, налево. Выполнение команд: «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять ходьбу на гимнастической	АБ 7.12 Г 4.12 В 7.12	

40		<p>Перешагивание через мячи. Игра «Не ошибись!».</p> <p>Развитие координационных способностей.</p> <p>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.</p>	<p>скамейке, повороты.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	<p>АБ 9.12</p> <p>Г 9.12</p> <p>В 9.12</p>	
41	Ходьба по гимнастической скамейке	<p>Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».</p> <p>ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке.</p> <p>Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: выполнять ходьбу на гимнастической скамейке, повороты.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	<p>АБ 11.12</p> <p>Г 10.12</p> <p>В 10.12</p>	
42				<p>АБ 14.12</p> <p>Г 11.12</p> <p>В 14.12</p>	
43	Лазание по гимнастической стенке	<p>ОРУ в движении.</p> <p>Лазание по гимнастической стенке.</p> <p>Перелезание через коня.</p> <p>Игра «Ниточка и иголочка».</p> <p>Развитие силовых способностей.</p> <p>Теория: Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: выполнять лазание по гимнастической стенке, перелезание через коня.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	<p>АБ 16.12</p> <p>Г 16.12</p> <p>В 16.12</p>	
44				<p>АБ 18.12</p> <p>Г 17.12</p> <p>В 17.12</p>	
II четверть: Плавание – 3 ч.					
45	<p>Вход в воду</p> <p>Личная и общественная гигиена.</p>	<p>Техника безопасности. Техника безопасности при проведении занятий плаванием.</p> <p>Личная и общественная гигиена.</p> <p>Специальные плавательные упражнения для освоения в водной среде. Движения ног и рук при плавании способами кроль</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p>	<p>АБ 21.12</p> <p>Г 18.12</p> <p>В 21.12</p>	

		<p>на груди и на спине. Передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, взявшись за руки и с различными исходными положениями рук, передвижение с изменением направлений («змейка», «хоровод» и т. д.), выпрыгивание из воды. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>		
46	Передвижение по дну Специальные плавательные упражнения	<p>Вход в воду, передвижение по дну шагом, бегом, прыжками Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища.</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p>	АБ 23.12 Г 23.12 В 23.12	
47	Передвижение по дну Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища.	<p>Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АБ 25.12 Г 24.12 В 24.12	
III четверть: Лыжные гонки – 19 ч.					
48	Повороты на месте переступанием	<p>Инструктаж по ТБ. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом: упражнения - перенос массы тела с лыжи на лыжу, поднимание и опускание носков и пяток лыж, поднимание носков лыж и размахивание носком лыж вправо и влево. Теория: Правила предупреждения</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и</p>	АБ 11.01 Г 25.12 В 11.01	

		травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
49	Повороты на месте переступанием	Передвижение ступающим шагом в шеренге. Передвижение скользящим шагом без палок в шеренге и в колонне. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Игра «Кто быстрее».	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	АБ 13.01 Г 13.01 В 13.01	
50				АБ15.01 Г 14.01 В 14.01	
51	Ступающий шаг	Ступающий шаг. Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять ступающий шаг Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	АБ 18.01 Г 15.01 В 18.01	
52				АБ 20.01 Г 20.01 В 20.01	
53	Скользящий шаг без палок	Подводящие упражнения на месте: поднимание согнутой ноги, удерживая лыжу горизонтально над лыжней; прыжки на месте; приставные шаги в сторону. Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять скользящий шаг без палок. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	АБ 22.01 Г 21.01 В 21.01	
54	Скользящий шаг без палок	Игра «Чей веер лучше», Игра «Кто быстрее». Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Организация и проведение подвижных игр.			АБ 25.01 Г 22.01 В 25.01

55	Передвижение ступающим шагом	Передвижение ступающим шагом с широкими размахиваниями руками; с небольшого разбега ступающим шагом длительное скольжение на одной лыже; «Самокат» Передвижение скольльзящим шагом под пологий уклон.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться скольльзящим шагом без палок.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АБ 27.01 Г 27.01 В 27.01	
56	Передвижение ступающим шагом	Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку».		АБ 29.01 Г 28.01 В 28.01	
57	Передвижение скольльзящим шагом	Передвижение под пологий уклон скольльзящим шагом без палок. Передвижение скольльзящим шагом по разметке. То же под пологий уклон с широкими размахиваниями руками, То же с палками держа их за середину. Подъем ступающим шагом на небольшую горку, спуск в основной стойке. Игра «Кто быстрее?»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться скольльзящим шагом без палок.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АБ 1.02 Г 29.01 В 1.02	
58	Передвижение ступающим шагом			АБ 3.02 Г 3.02 В 3.02	
59	Поворот переступанием вокруг пяток лыж	Передвижение скольльзящим шагом без палок-30 м. Передвижение скольльзящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню. Поворот переступанием вокруг пяток лыж.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться скольльзящим шагом без палок, поворот переступанием вокруг пяток лыж</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АБ 5.02 Г 4.02 В 4.02	
60		Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.		АБ 15.02 Г 5.02 В 15.02	

61	Подъем ступающим шагом	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Игра – эстафета «Кто самый быстрый?».	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: подъем ступающим шагом.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АБ 17.02 Г 17.02 В 17.02	
62				АБ 19.02 Г 18.02 В 18.02	
63 64	Спуск в основной стойке	Передвижение скользящим шагом без палок на отрезках 3 x 30 м. Спуск в основной стойке. Прохождение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: подъем ступающим шагом</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АБ22.02 24.02 Г 19.02 24.02 В 22.02 24.02	
65	Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками	Спуск в основной стойке на оценку. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками. Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?». Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АБ 26.02 Г 25.02 В 25.02	
66				АБ 1.03 Г 26.02 В 1.03	

III четверть: Подвижные игры с элементами баскетбола – 9 ч.					
67	Бросок мяча снизу на месте.	Инструктаж по ТБ. ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч на месте, знать правила игры Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	АБ 3.03 Г 3.03 В 3.03	
68				АБ 5.03 Г 4.03 В 4.03	
69	Бросок мяча снизу на месте.	ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с	АБ 8.03 Г 5.03 В 8.03	

			<p>мячом, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах.</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.</p>		
70	Передача мяча снизу на месте	<p>ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу».</p> <p>Развитие координационных способностей.</p> <p>Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике коррекции нарушений осанки.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера) умение</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять передачу мяча, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.</p>	АБ 10.03 Г 10.03 В 10.03	29.03
71		<p>ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Бросок мяча снизу на месте.</p> <p>Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами.</p> <p>Игра «Гонка мячей по кругу».</p> <p>Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>		<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять передачу мяча, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах.</p>	
72	Ловля мяча на месте	<p>ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Бросок мяча снизу на месте.</p> <p>Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами.</p> <p>Игра «Гонка мячей по кругу».</p> <p>Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять передачу мяча, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах.</p>	АБ 15.03 Г 12.03 В 15.03	

73	Ловля мяча на месте	ОРУ на месте ив движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	АБ 17.03 Г 17.03 В 17.03	
74	Ведение мяча на месте.	ОРУ на месте ив движении. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять ведение с мячом, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	АБ 19.03 Г 18.03 В 18.03	
75	Ведение мяча на месте.	ОРУ на месте. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять ведение с мячом, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	АБ 31.03 Г 19.03 В 31.03	
IV четверть: Подвижные игры с элементами футбола – 10 ч.					

76		<p>Тех. безопасности. ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Защитная стойка. Перемещение приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.</p> <p>Развитие координационных способностей.</p> <p>Теория: Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять стойки и перемещения.</p>	<p>АБ 2.04 Г 31.03 В 1.04</p>	
77	Стойки и перемещения.		<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	<p>АБ 5.04 Г 1.04 В 5.04</p>	
78		<p>ОРУ. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой.</p> <p>Закрепление перемещения приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять удары, остановки, ведение мяча.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	<p>АБ 7.04 Г 2.04 В 7.04</p>	
	Удары, остановки мяча.				

79	Удары, остановки мяча	ОРУ. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Закрепление перемещения приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств. Составление режима дня.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы остановки.</p> <p>Личностные: принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	АБ 9.04 Г 7.04 В 8.04	
80				АБ 12.04 Г 8.04 В 12.04	
81	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы	ОРУ. Ведение мяча внешней частью подъёма и внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игра в мини-футбол. Развитие координационных способностей.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять ведение мяча внешней частью подъёма и внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	АБ 14.04 Г 9.04 В 14.04	
82				АБ 16.04 Г 14.04 В 15.04	

83	Передачи мяча внутренней стороной стопы	ОРУ. Ведение мяча. Передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игры и эстафеты с элементами футбола Игра в мини- футбол.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	АБ 19.04 Г 15.04 В 19.04	
84			Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АБ 21.04 Г 16.04 В 21.04	
85	Игры и эстафеты с элементами футбола	ОРУ. Ведение мяча. Передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игры и эстафеты с элементами футбола Игра в мини- футбол. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы .Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	АБ 23.04 Г 21.04 В 22.04	

86	Личная и общественная гигиена.	<p>Техника безопасности. Название упражнений и основные признаки техники плавания. Влияние занятий плаванием на физическое развитие учащихся. Техника безопасности при проведении занятий плаванием. Личная и общественная гигиена.</p> <p>Специальные плавательные упражнения для освоения в водной среде. Движения ног и рук при плавании способами кроль на груди и на спине.</p> <p>Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине, вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АБ 26.04 Г 22.04 В 26.04	
87	Специальные плавательные упражнения	Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища. Координационные упражнения на суше.		АБ 28.04 Г 23.04 В 28.04	
88	Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища.	Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища. Координационные упражнения на суше.		АБ 30.04 Г 28.04 В 29.04	
IV четверть. Легкая атлетика -11 ч.					
89	Сочетание различных видов ходьбы	<p>Техника безопасности. ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Сочетание различных видов ходьбы.</p> <p>Бег (30 м).</p> <p>Бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: уметь сочетать различные виды ходьбы, выполнять бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Личностные: формирование стартовой мотивации к</p>	АБ 3.05 Г 29.04 В 3.05	

		<p>скоростных способностей. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>		
90	Сочетание различных видов ходьбы	<p>ОРУ на месте и в движении. Сочетание различных видов ходьбы. Бег (30 м). Бег с изменением направления, ритма и темпа. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: уметь сочетать различные виды ходьбы, выполнять бег с изменением направления, ритма и темпа. Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	<p>АБ 5.05 Г 30.04 В 5.05</p>	
91	Бег с изменением направления, ритма и темпа.	<p>Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (60 м). Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять бег с изменением направления, ритма и темпа. Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	<p>АБ 7.05 Г 5.05 В 6.05</p>	
92	Прыжок в длину с места	<p>ОРУ на месте и в движении. Прыжок в длину с места. Эстафеты. Подвижная игра «Парашютисты». Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания.</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять прыжок в длину с места. Личностные: развитие сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	<p>АБ 10.05 Г 6.05 В 10.05</p>	

93	Прыжок в длину с разбега	ОРУ на месте и в движении. Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. Подвижная игра «Кузнечики».	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять прыжок в длину с разбега с отталкиванием. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	АБ 12.05 Г 7.05 В 12.05	
104	Прыжок в длину с места, с разбега.	ОРУ на месте и в движении. Прыжок в длину с места, с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять прыжок в длину с разбега. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	АБ 14.05 Г 12.05 В 13.05	
95	Метание малого мяча в цель	ОРУ на месте и в движении. Метание малого мяча в цель (2 x 2) с 3-4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Гимнастика для глаз.	Коммуникативные: добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание малого мяча в цель. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	АБ 17.05 Г 13.05 В 17.05	
96	Метание набивного мяча	ОРУ на месте и в движении. Метание набивного мяча из разных исходных положений. Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять	АБ 19.05 Г 14.05 В 19.05	

		Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание набивного мяча из разных исходных положений Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
97	Метание набивного мяча на дальность	ОРУ. Метание малого мяча в цель (2 x 2) с 3-4 м. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли, добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание набивного мяча на дальность. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	АБ 21.05 Г 19.05 В 20.05	
98	Метание малого мяча в цель	ОРУ. Метание малого мяча в цель (2x2) с 3-4 м. Подвижная игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание малого мяча в цель. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	АБ 24.05 Г 20.05 В 24.05	
99	Метание малого мяча в цель	ОРУ. Метание малого мяча в цель (2x2) с 3-4 м. Подвижная игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Преодоление полосы	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).	АБ 25.05 Г 21.05 В 25.05	

		препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания.	Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание малого мяча в цель. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
--	--	--	--	--	--

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 2-х КЛАССОВ (102 час.)

Календарно-тематическое планирование составлено на основании учебного плана МБОУ «Гимназия №3» на 2020-2021 учебный год, утвержденного приказом № 246 от 18.08.2020г.

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся	Универсальные учебные действия	Дата проведения	
				план	факт
<i>1 четверть. Легкая атлетика (11)</i>					
1	Ходьба. Бег	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. ОРУ. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (20 м). Игра «Пятнашки». Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Предметные- знать правила поведения, повторить технику ходьбы и бега. Дифференцировать понятия «шеренга» и «колонна», выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры. Личностные- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АВ 1.09 Б 1.09	
2	Ходьба. Бег	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. ОРУ. Бег с ускорением (30 м). Игра «Пятнашки». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Предметные- знать правила поведения, повторить технику ходьбы и бега. Дифференцировать понятия «шеренга» и «колонна», выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры. Личностные- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного	АВ 3.09 Б 2.09	

		Теория: История развития физической культуры и первых соревнований.	смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
3	Ходьба. Бег	Разновидности ходьбы. ОРУ. Ходьба с преодолением препятствий. Беге ускорением (30м). Игра «Пустое место». Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Теория: Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека.	Предметные- знать и повторить технику ходьбы и бега, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры. Личностные- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АВ 4.09 Б 3.09	
4	Ходьба. Бег.	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (60 м). ОРУ. Игра «Вызов номеров». Развитие скоростных и координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Предметные- знать и повторить технику ходьбы и бега, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры. Личностные- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АВ 8.09 Б 8.09	

5	Прыжки	<p>ОРУ на месте и в движении. Прыжки с поворотом на 180°.</p> <p>Прыжок с места. Игра «К своим флажкам».</p> <p>Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.</p> <p>Теория: Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями.</p>	<p>Предметные- знать технику прыжков в длину с места, челночного бега.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять беговую разминку и разминку на месте, сдавать тестирование прыжков в длину.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	<p>АВ 10.09 Б 9.09</p>	
6	Прыжки	<p>ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов.</p> <p>Игра «К своим флажкам». Эстафеты.</p> <p>Челночный бег</p> <p>Развитие скоростных и координационных способностей.</p>	<p>Предметные- знать технику прыжков в длину с разбега и челночного бега.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять беговую разминку и разминку на месте, сдавать тестирование прыжков в длину.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	<p>АВ 11.09 Б 10.09</p>	
7	Прыжки	<p>ОРУ. Прыжок с высоты (до 40 см).</p> <p>Игра «Прыгающие воробушки».</p> <p>Эстафеты. Челночный бег.</p> <p>Развитие скоростных и координационных способностей</p>	<p>Предметные- знать технику прыжков с высоты, челночного бега.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять беговую разминку и разминку на месте, сдавать тестирование прыжков в длину.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	<p>АВ 15.09 Б 15.09</p>	

8	Метание мяча	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2 x 2 м) с расстояния 4-5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Защита укрепления».	<p>Предметные- знать, как выполняется метание мяча, технику выполнения.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку, метание различных предметов на точность.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 17.09 Б 16.09	
9	Метание	Метание малого мяча в вертикальную цель (2 x 2 м) с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления». Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Предметные- знать, как выполняется метание мяча, технику выполнения.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку, метание различных предметов на точность.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 18.09 Б 17.09	
10	Метание	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2 x 2 м) с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения	<p>Предметные- знать, как выполняется метание мяча, технику выполнения.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку, метание различных предметов на точность.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 22.09 Б22.09	

		физических качеств.			
11	Метание	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2x2 м) с расстояния 4-5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	<p>Предметные- знать, как выполняется метание мяча, технику выполнения.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку, метание различных предметов на точность.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 24.09 Б 23.09	
<i>I четверть. Подвижные игры. (16)</i>					
12	Развитие скоростно-силовых способностей	<p>Инструктаж по ТБ. ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».</p> <p>Теория: Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.</p>	<p>Предметные-понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.</p> <p>Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>	АВ 25.09 Б 24.09	

13	Развитие скоростно-силовых способностей	Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 29.09 Б 29.09	
14	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Л- развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 1.10 Б 30.09	
15	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Теория: Правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 2.10 Б 1.10	
16	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 6.10 Б 6.10	
17	Развитие скоростно	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку.	АВ 8.10 Б 7.10	

	-силовых способностей	картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.		
18	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры Прыжки по полоскам», «Попади в мяч.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 9.10 Б 8.10	
19	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные -развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 13.10 Б 13.10	
20	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Веровочка под ногами», «Вызов номера».	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 15.10 Б 14.10	

21 22	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Веровочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 16.10 Б 15.10 АВ 20.10 Б 20.10	
23	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Западня», «Конники-спортсмены».	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 22.10 Б 21.10	
24 25	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Эстафеты. Игры «Западня», «Конники-спортсмены». Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 23.10 Б 22.10 АВ 27.10 Б 27.10	
26	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	АВ 29.10 Б 28.10	
27	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ в движении. Эстафеты. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей.	Предметные -понимать правила подвижных игр, значение их проведения, оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные - развитие навыков сотрудничества со	АВ 30.10 Б 29.10	

		способностей.	сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.			
		II четверть. Гимнастика. (21)				
28	Строевые упражнения, кувырок вперед	<p>Инструктаж по ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами. ОРУ. Кувырок в сторону. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Подвижная игра «Запрещенное движение».</p> <p>Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Предметные- знать правила поведения, выполнять размыкание и смыкание приставными шагами, разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, правила подвижной игры «Запрещенное движение».</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АВ 10.11 Б 10.11		
29	Кувырок вперед, ст. на лопатках	<p>Размыкание и смыкание приставными шагами. ОРУ. Кувырок в сторону. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Игры и эстафеты.</p> <p>Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.</p>	<p>Предметные- знать правила поведения, выполнять размыкание и смыкание приставными шагами, разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, стойка на лопатках. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед, стойку на лопатках, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АВ 12.11 Б 11.11		

30	Акробатика, строевые упражнения	Размыкание и смыкание приставными шагами. ОРУ Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. Подвижная игра «Запрещенное движение». Название гимнастических снарядов.	<p>Предметные- знать правила поведения, выполнять размыкание и смыкание приставными шагами, разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, стойка на лопатках, правила подвижной игры «Запрещенное движение».</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед, стойку на лопатках и играть в подвижную игру. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АВ 13.11 Б 12.11	
31	Кувырок вперед, ст. на лопатках	Размыкание и смыкание приставными шагами. ОРУ Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. Игры и эстафеты. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Предметные- знать названия гимнастических снарядов, выполнять размыкание и смыкание приставными шагами, разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, стойка на лопатках. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед, стойку на лопатках, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АВ 17.11 Б 17.11	
32	Кувырок вперед, ст. на лопатках	Размыкание и смыкание приставными шагами. ОРУ. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. Подвижная игра «Фигуры».	<p>Предметные- выполнять размыкание и смыкание приставными шагами, разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, стойка на лопатках. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед, стойку на лопатках, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АВ 19.11 Б 18.11	

33	Кувырок вперед, ст. на лопатках	Размыкание и смыкание приставными шагами. ОРУ. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. Игры и эстафеты. Комплекс: гимнастика для глаз.	Предметные - выполнять размыкание и смыкание приставными шагами, разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, стойка на лопатках. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед, стойку на лопатках, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	АВ 20.11 Б 19.11	
34	Ст. на лопатках, пережат вперед.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. ОРУ. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Подвижная игра «Фигуры».	Предметные - выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два, разминку на матах, знать, как выполняется стойка на лопатках и пережат вперед в упор присев. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять стойку на лопатках с пережатом вперед в упор присев, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	АВ 24.11 Б 24.11	
35	Ст. на лопатках	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. ОРУ. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Игры и эстафеты.	Предметные - выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два, разминку на матах, знать, как выполняется стойка на лопатках и пережат вперед в упор присев. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять стойку на лопатках с пережатом вперед в упор присев, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	АВ 26.11 Б 25.11	
36	Ст. на лопатках	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. ОРУ. Из стойки на лопатках, согнув ноги,	Предметные - выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два, разминку на матах, знать, как выполняется стойка на лопатках и пережат вперед в упор присев. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные:	АВ 27.11 Б 26.11	

		перекат вперед в упор присев. Игра «Светофор».	определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять стойку на лопатках с перекатом вперед в упор присев, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
37	Ст. на лопатках	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. ОРУ. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекаат вперед в упор присев. Игры. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Предметные- выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два, разминку на матах, знать, как выполняется стойка на лопатках и перекаат вперед в упор присев. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять стойку на лопатках с перекатом вперед в упор присев, играть в игры. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	АВ 1.12 Б 1.12	
38	Висы	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. ОРУ с гимнастической палкой. Вис стоя и лежа. Игра «Змейка».	Предметные- знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать способность к преодолению препятствий и само-коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине. Личностные -развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	АВ 3.12 Б 2.12	
39	Висы	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. ОРУ с гимнастической палкой. Вис стоя и лежа. Игры и	Предметные- знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать способность к преодолению	АВ 4.12 Б 3.12	

		эстафеты.	препятствий и само-коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине. Личностные -развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.		
40	Лазание	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.	Предметные -знать, что такое лазание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и само-коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, лазанье по наклонной скамейке. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	АВ 8.12 Б 8.12	
41	Лазание	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игры и эстафеты.	Предметные -знать, что такое лазание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и само-коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, лазанье по наклонной скамейке. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	АВ 10.12 Б 9.12	
42	Лазание	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка».	Предметные -знать, что такое лазание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и само-коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, лазанье по наклонной скамейке. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других	АВ 11.12 Б 10.12	

			людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
43	Лазание	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игры и эстафеты. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Предметные-знать, что такое лазание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке.</p> <p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, лазанье по наклонной скамейке.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	АВ 15.12 Б 15.12	
44	Лазание	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игры и эстафеты. Теория: Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	<p>Предметные-знать, что такое лазание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке.</p> <p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, лазанье по наклонной скамейке.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	АВ 17.12 Б 16.12	
45	Лазание	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игры и эстафеты.	<p>Предметные-знать, что такое лазание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке.</p> <p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, лазанье по наклонной скамейке.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки</p>	АВ 18.12 Б 17.12	

			на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
46	Равновесие	ОРУ в движении. Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Кто приходил?».	Предметные -знать, что такое упражнение в равновесии, лазание и перелезание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, упражнения на равновесие, лазанье по наклонной скамейке, перелезание через коня. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	АВ 22.12 Б 22.12	
47	Равновесие лазание	ОРУ в движении. Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игры.	Предметные -знать, что такое упражнение в равновесии, лазание и перелезание, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, упражнения на равновесие, лазанье по наклонной скамейке, перелезание через коня. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	АВ 24.12 Б 23.12	

48	Равновесие лазание	ОРУ в движении. Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелазание через коня, бревно. Игра «Кто приходил?».	Предметные -знать, что такое упражнение в равновесии, лазании и перелазании, как проводится разминка в движении, технику лазания на наклонной скамейке. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и само- коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, упражнения на равновесие, лазание по наклонной скамейке, перелазание через коня. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	АВ 25.12 Б 24.12	
III четверть Лыжная подготовка. (20)					
49	Скользящий шаг	Инструктаж по ТБ. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Построение в шеренгу с лыжами в руках. Передвижение за учителем в колонне по 1, по лыжне. Скользящий шаг без палок. Игра с бегом и прыжками без лыж. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Предметные - выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения скользящим шагом на лыжах без палок. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться скользящим шагом на лыжах без палок. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	АВ 12.01 Б 12.01	
50	Скользящий шаг	Скользящий шаг без палок. Игра с бегом и прыжками без лыж. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Предметные - выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения скользящим шагом на лыжах без палок. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и	АВ 14.01 Б 13.01	

			<p>способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться скользящим шагом на лыжах без палок.</p> <p>Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>		
51	Скользящий шаг	<p>Передвижение скользящим шагом с палками.</p> <p>Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок.</p>	<p>Предметные- выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения скользящим шагом на лыжах без палок. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться скользящим шагом на лыжах без палок. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	АВ 15.01 Б 14.01	
52	Скользящий шаг	<p>Подводящие упражнения на месте: посадка лыжника, имитация.</p> <p>Игра «Чей веер лучше», передвижение по кругу скользящим шагом.</p> <p>Игра «Кто быстрее».</p>	<p>Предметные- выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения скользящим шагом на лыжах без палок. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться скользящим шагом на лыжах без палок. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	АВ 19.01 Б 19.01	

53	Скользкий шаг	<p>Передвижение скользящим шагом с широкими размахиваниями руками; с небольшого разбега, длительное скольжение на одной лыже. Прохождение дистанции 1 км.</p>	<p>Предметные- выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения скользящим шагом на лыжах без палок. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться скользящим шагом на лыжах без палок. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	<p>АВ 21.01 Б 20.01</p>	
54	Подъем и спуск в основной стойке.	<p>Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок; Подъем «лесенкой» на небольшую горку. Спуск в основной стойке. Организация и проведение подвижных игр.</p>	<p>Предметные-знать, как выполняются подъем на склон «лесенкой» и спуск со склона в основной стойке. Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Познавательные: спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «лесенкой» Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p>АВ 22.01 Б 21.01</p>	

55	<p>Подъем «елочкой» Спуск в основной стойке.</p>	<p>Передвижение скользящим шагом без палок-30 м; передвижение скользящим шагом с палками по кругу обгонять, переходя на соседнюю лыжню. Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Подъем «елочкой», спуск в основной стойке. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Предметные-знать, как выполняются подъем на склон «елочкой» и спуск со склона в основной стойке, передвижение скользящим шагом. Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Познавательные: спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «елочкой».</p> <p>Личностные - Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p>АВ 26.01 Б 26.01</p>	
56	<p>Подъем «елочкой». Спуск в основной стойке</p>	<p>Передвижение скользящим шагом без палок на отрезках 3х 30 м. подъем «елочкой» на оценку. Спуск в основной стойке. Прохождение скользящим шагом с палками до 500-800 м в умеренном темпе.</p>	<p>Предметные-знать, как выполняются подъем на склон «лесенкой» и спуск со склона в основной стойке. Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Познавательные: спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «лесенкой»</p> <p>Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>АВ 28.01 Б 27.01</p>	

57	Спуск в основной стойке	Спуск в основной стойке на оценку. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками. Игра «С горки на горку».	<p>Предметные-знать, как выполняются спуск со склона в основной стойке, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км. Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в основной стойке проходить дистанцию 1 км.</p> <p>Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АВ 29.01 Б 28.01	
58	Спуск в основной стойке	Спуск в основной стойке на оценку. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками. Игра «С горки на горку».	<p>Предметные-знать, как выполняются спуск со склона в основной стойке, знать как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км. Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в основной стойке проходить дистанцию 1 км.</p> <p>Личностные - Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	АВ 2.02 Б 2.02	
59	Скользящий и ступающий шаг	Передвижение скользящим шагом дистанции 1 км на время. Преодоление подъема ступающим шагом и «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки.	<p>Предметные- знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 1 км. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	АВ 4.02 Б 3.02	

60	Попеременный двухшажный ход	<p>Ознакомление с попеременным двухшажным ходом: согласованность движений рук и ног, передвижение 30-50 м.</p> <p>Спуск в основной стойке, торможение падением (боком) подъем «лесенкой».</p> <p>Комплексы упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Предметные- знать, как выполняется попеременный двухшажный ход: согласованность движений рук и ног, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться, как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в основной стойке.</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах, подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в основной стойке.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 5.02 Б 4.02	
61	Попеременный двухшажный ход	<p>Попеременный двухшажный ход: посадка лыжника; согласованность движений рук и ног - упражнения. Передвижение 50-100 м без палок, обращая внимание на согласованность движений рук и ног. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Предметные- знать, как выполняется попеременный двухшажный ход: согласованность движений рук и ног,</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах, посадка лыжника; согласованность движений рук и ног. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 9.02 Б 9.02	
62	Спуск в основной стойке, подъем «лесенкой».	<p>Попеременный двухшажный ход: подводящие упражнения, передвижение без палок по учебной лыжне, обращая внимание на согласованность движений рук и ног. Передвижение с палками, согласовывая перекрестные движения рук и ног.</p> <p>Спуски в основной стойке, подъем «лесенкой».</p>	<p>Предметные- знать, как выполняется попеременный двухшажный ход: согласованность движений рук и ног, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться, как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в основной стойке. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в</p>	АВ 11.02 Б 10.02	

			основной стойке. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
63	Попеременный двухшажный ход	Попеременный 2-ух ш. ход: упражнения- «самокат», тоже но отталкивание производить лыжей, развернутой носком в сторону. Передвижение по учебной лыжне попеременным двухшажным ходом.	Предметные - знать, как выполняется попеременный двухшажный ход: согласованность движений рук и ног, Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, посадка лыжника; согласованность движений рук и ног. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	АВ 12.02 Б 11.02	
64	Спуск и торможение	Преодоление подъема «лесенкой». Спуск в основной стойке и торможение падением. Игра «с горки на горку». Прохождение дистанции 1 км попеременным 2-х ш. ходом в умеренном темпе.	Предметные - знать, как выполняется подъем «лесенкой». Спуск в основной стойке и торможение падением, знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, преодоление подъема «лесенкой», спуск в основной стойке и торможение падением. Личностные - Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	АВ 16.02 Б 16.02	
65	Попеременный двух ш. ход.	Преодоление подъема «лесенкой». Равномерное передвижение попеременным 2-ух ш. ходом дистанции 1 км.	Предметные - знать, как выполняется подъем «лесенкой». Спуск в основной стойке и торможение падением, знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км.	АВ 18.02 Б17.02	

			<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах, преодоление подъема «лесенкой», спуск в основной стойке и торможение падением.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>		
66	Игры, эстафеты	Эстафета на лыжах. Игра «с горки на горку»	<p>Предметные- знать, как выполняются эстафеты на лыжах.</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: играть в игры, эстафеты на лыжах.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 19.02 Б 18.02	
67	Игры, эстафеты	Эстафета на лыжах. Игра «с горки на горку». Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Предметные- знать, как выполняются эстафеты на лыжах.</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: играть в игры, эстафеты на лыжах.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 23.02 Б 23.02	
68	Игры, эстафеты	Эстафета на лыжах. Игра «с горки на горку»	<p>Предметные- знать, как выполняются эстафеты на лыжах.</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные</p>	АВ 25.02 Б 24.02	

			<p>цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: играть в игры, эстафеты на лыжах.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>		
		III четверть. Игры, эстафеты с элементами баскетбола. (10)			
69	<p>Ловля и передача мяча Броски в цель.</p>	<p>Инструктаж по ТБ. ОРУ на месте и в движении. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>щит</i>). Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Предметные- знать, правила поведения, как выполняются броски, ловля и передача мяча в парах, ведение мяча, правила подвижной игры «Передал - садись». Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять ведение, броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Передал - садись» Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p>	<p>АВ 26.02 Б 25.02</p>	
70	<p>Ловля и передача мяча Броски в цель.</p>	<p>ОРУ на месте и в движении. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>щит</i>). Игра и эстафеты. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Предметные- знать, правила поведения, как выполняются броски, ловля и передача мяча в парах, ведение мяча. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять ведение, броски и ловлю мяча в парах. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,</p>	<p>АВ 2.03 Б 2.03</p>	

			развитие навыков сотрудничества со сверстниками.		
71	Ловля и передача мяча Броски в цель.	ОРУ на месте и в движении. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>щит</i>). Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей.	Предметные - знать, правила поведения, как выполняются броски, ловля и передача мяча в парах, ведение мяча, правила подвижной игры «Передал - садись». Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять ведение, броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Передал - садись» Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	АВ 4.03 Б 3.03	
72	Передачи, броски в цель	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Броски в цель. Игра «Борьба за мяч». Развитие координационных способностей. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике коррекции нарушений осанки.	Предметные - знать, правила поведения, как выполняются броски, ловля и передача мяча в парах, ведение мяча. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять ведение, броски и ловлю мяча в парах. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	АВ 5.03 Б 4.03	
73	Ведение, броски мяча в цель.	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Броски в цель. Игра и эстафеты. Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Предметные - знать, правила поведения, как выполняются броски, ловля и передача мяча в парах, ведение мяча. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять ведение, броски и ловлю мяча в парах. Личностные - развитие	АВ 9.03 Б 9.03	

			мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.		
74	Ведение, передачи мяча	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом и бегом. ОРУ на месте и в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Предметные - знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди, ведение на месте правой (левой) рукой, в движении шагом и бегом, ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Правила подвижной игры «Гонка мячей». Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди, ведение, передачи мяча, играть в подвижную игру «Гонка мячей». Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	АВ 11.03 Б 10.03	
75	Ведение, броски в цель	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом и бегом. ОРУ на месте и в движении. Бросок двумя руками от груди. Игры и эстафеты. Развитие координационных способностей.	Предметные - знать, как выполняется бросок мяча двумя руками от груди, ведение на месте правой (левой) рукой, в движении шагом и бегом, ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди, ведение, передачи мяча. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.	АВ 12.03 Б 11.03	
76	Ловля и передача мяча	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. ОРУ на месте и в движении. Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных	Предметные - знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди, ведение на месте правой (левой) рукой, в движении шагом и бегом, ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Правила подвижной игры «Гонка мячей». Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному	АВ 16.03 Б 16.03	

		способностей.	правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди, ведение, передачи мяча, играть в подвижную игру «Гонка мячей». Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
77	Ловля и передача мяча	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. ОРУ на месте и в движении. Бросок двумя руками от груди. Игры и эстафеты. Развитие координационных способностей.	Предметные - знать, как выполняется бросок мяча двумя руками от груди, ведение на месте правой (левой) рукой, в движении шагом и бегом, ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо двумя руками от груди, ведение, передачи мяча. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	АВ 18.03 Б 17.03	
78	Ловля и передача мяча Броски в цель.	ОРУ на месте и в движении. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>цель</i>). Игры на развитие координационных способностей.	Предметные - знать технику бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», ведение, передачи, как выбирать подвижные игры и играть в них. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять броски в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», ведение, передачи, выбирать подвижные игры и играть в них. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	АВ 19.03 Б 18.03	
IV четверть. Футбол. (8)					

79	Перемещение фут-та	<p>Правила поведения. Техника безопасности. ОРУ в парах с мячами. Перемещение приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.</p> <p>Теория: Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p>	<p>Предметные- знать правила поведения, выполнять разминку с мячами в парах, знать технику перемещения приставным шагом.</p> <p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения с мячом в парах, перемещения приставным шагом, игры и эстафеты. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки.</p>	АВ 1.04 Б 31.03	
80	Перемещение фут.	<p>Перемещение приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.</p>	<p>Предметные- знать правила поведения, выполнять разминку с мячами в парах, знать технику перемещения приставным шагом.</p> <p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения с мячом в парах, перемещения приставным шагом, игры и эстафеты. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки.</p>	АВ 2.04 Б 1.04	
81	Удары по мячу	<p>ОРУ. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Закрепление перемещения приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.</p>	<p>Предметные- знать, что такое частота сердечных сокращений и способы ее измерения, выполнять разминку с мячами, знать технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча подошвой. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и остановку</p>	АВ 6.04 Б 6.04	

			<p>катящегося мяча подошвой.</p> <p>Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>		
82	Удары по мячу	<p>ОРУ. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Остановка катящегося мяча подошвой. Закрепление перемещения приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.</p> <p>Игры.</p>	<p>Предметные- знать, что такое частота сердечных сокращений и способы ее измерения, выполнять разминку с мячами, знать технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и остановки катящегося мяча подошвой. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Познавательные: рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и остановку катящегося мяча подошвой. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 8.04 Б 7.04	
83	Ведение мяча	<p>ОРУ. Ведение мяча внешней частью подъёма и внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Игра в мини-футбол.</p>	<p>Предметные- выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча, удара по неподвижному мячу и правила игры в мини-футбол.</p> <p>Коммуникативные: слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, удары, играть в мини-футбол. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни.</p>	АВ 9.04 Б 8.04	

84	Ведение мяча	ОРУ. Ведение мяча внешней частью подъёма и внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игра в мини-футбол. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Предметные- выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча, удара по неподвижному мячу и правила игры в мини-футбол.</p> <p>Коммуникативные: слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, удары, играть в мини-футбол. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни.</p>	АВ 13.04 Б 13.04	
85	Передачи мяча. Удары.	ОРУ. Ведение мяча. Передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игры и эстафеты с элементами футбола Игра в мини-футбол.	<p>Предметные- выполнять разминку с мячами, знать технику передачи мяча, ведения мяча, удара по неподвижному мячу и правила игры в мини-футбол. Коммуникативные: слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Личностные: выполнять передачи мяча, ведение мяча в изменяющихся условиях, удары, играть в мини-футбол. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни.</p>	АВ 15.04 Б 14.04	
86	Передачи мяча. Удары.	ОРУ. Ведение мяча. Передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игры и эстафеты с элементами футбола Игра в мини-футбол.	<p>Предметные- выполнять разминку с мячами, знать технику передачи мяча, ведения мяча, удара по неподвижному мячу и правила игры в мини-футбол. Коммуникативные: слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять передачи мяча, ведение мяча в изменяющихся условиях, удары, играть в мини-футбол.</p>	АВ 16.04 Б 15.04	

			Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни.			
		IV четверть. Легкая атлетика. (10)				
87	Ходьба, бег	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Предметные - знать и повторить технику ходьбы и бега, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры, выполнить бег на 30м. челночный бег. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АВ 20.04 Б 20.04		
88	Ходьба, бег	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег.	Предметные - знать и повторить технику ходьбы и бега выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры, выполнить бег на30м. челночный бег. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АВ 22.04 Б 21.04		
89	Ходьба, бег	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Вызов номера». ОРУ. Челночный бег.	Предметные - знать и повторить технику ходьбы и бега, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения.	АВ 23.04 Б 22.04		

		Развитие скоростных и координационных способностей	Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры, выполнить бег на 30 м. челночный бег. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
90	Ходьба, бег	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Вызов номера». ОРУ. Челночный бег. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Предметные- знать и повторить технику ходьбы и бега, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры, выполнить бег на 30 м. челночный бег. Личностные - развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	АВ 27.04 Б 27.04	
91	Прыжки	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. ОРУ. Игра «Волк во рву». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания.	Предметные- знать технику прыжков в длину с места, челночного бега. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять беговую разминку и разминку на месте, сдавать тестирование прыжков в длину. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	АВ 29.04 Б 28.04	
92	Прыжки	Прыжки Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Удочка».	Предметные- знать технику прыжков в длину с разбега и в высоту, челночного бега. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное	АВ 30.04 Б 29.04	

		Эстафеты. Челночный бег.	<p>содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять беговую разминку и разминку на месте, сдавать тестирование прыжков в длину и в высоту.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>		
93	Прыжки	<p>Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Резиночка».</p> <p>Эстафеты. Челночный бег.</p>	<p>Предметные- знать технику прыжков в длину с разбега и в высоту, челночного бега.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять беговую разминку и разминку на месте, сдавать тестирование прыжков в длину и в высоту.</p> <p>Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	АВ 4.05 Б 4.05	
94	Метание мяча	<p>Метание малого мяча в горизонтальную мишень (2 x 2 м) с расстояния в 4-5 м. ОРУ. Эстафеты.</p> <p>Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей.</p> <p>Гимнастика для глаз.</p>	<p>Предметные- знать, как выполняется метание мяча, технику выполнения.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку, метание различных предметов на точность.</p> <p>Личностные -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 6.05 Б 5.05	

95	Метание мяча	Метание малого мяча в вертикальную цель (2 x 2 м) с расстояния в 4-5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей.	<p>Предметные- знать, как выполняется метание мяча и набивного мяча, технику выполнения.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку, метание различных предметов.</p> <p>Личностные-развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 7.05 Б 6.05	
96	Метание мяча	Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания.	<p>Предметные- знать, как выполняется метание мяча и набивного мяча, технику выполнения.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку, метание различных предметов.</p> <p>Личностные -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 11.05 Б 11.05	
			<i>IV четверть Плавание(6)</i>		
97	Инструктаж по ТБ. Вход в воду	<p>Инструктаж по ТБ. Сообщение детям знаний о воде, бассейне, правилах поведения и безопасности в бассейне.</p> <p>Вход в воду по трапу бассейна, спад вниз ногами, сидя на бортике бассейна, соскоком вниз ногами с</p>	<p>Предметные- знать, правила поведения на воде, вход в воду, передвижение по дну, выпрыгивание из воды. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу</p>	АВ 13.05 Б 12.05	

		<p>бортика бассейна. Передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, взявшись за руки и с различными исходными положениями рук, передвижение с изменением направлений («змейка», «хоровод» и т. д.), выпрыгивание из воды, оттолкнувшись ногами от дна бассейна, стоя на дне, шлепать по поверхности воды кистями рук.</p> <p>Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>		
98	Вход в воду, передвижение	<p>Вход в воду по трапу бассейна, спад вниз ногами, сидя на бортике бассейна, соскоком вниз ногами с бортика бассейна. Передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, взявшись за руки и с различными исходными положениями рук, передвижение с изменением направлений («змейка», «хоровод» и т. д.), выпрыгивание из воды, оттолкнувшись ногами от дна бассейна, стоя на дне, шлепать по поверхности воды кистями рук.</p>	<p>Предметные- знать, правила поведения на воде, вход в воду, передвижение по дну, выпрыгивание из воды. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	АВ 14.05 Б 13.05	
99	Передвижение по дну	<p>Вход в воду, передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, то же но, с помощью гребковых движений руками, выпрыгивание из воды, оттолкнувшись ногами от дна бассейна. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Предметные- знать, правила поведения на воде, вход в воду, передвижение по дну, выпрыгивание из воды. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные:</p>	АВ 18.05 Б 18.05	

			уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
100	Передвижение по дну	Вход в воду, передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, то же но, с помощью гребковых движений руками, выпрыгивание из воды, оттолкнувшись ногами от дна бассейна. Игры.	Предметные - знать, правила поведения на воде, вход в воду, передвижение по дну, выпрыгивание из воды. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	АВ 20.05 Б 19.05	
101	Погружения в воду. Дыхательные упр.	Погружения в воду на задержанном вдохе (до подбородка, носа, глаз, полностью) и открывание глаз под водой), ныряние за предметами, «пройти в приседе» под водой. Сидя на бортике, спрыгнуть в воду вниз ногами и погрузиться с головой под воду. Игры: «Лягушата», «Водолазы», Развитие координационных способностей.	Предметные - знать, правила поведения на воде, вход в воду, передвижение по дну, выпрыгивание из воды, погружения в воду и дыхательные упражнения. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Личностные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды, погружения в воду и дыхательные упражнения. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	АВ 21.05 Б 20.05	
102	Погружения в воду. Дыхательные упр.	Погружения в воду на задержанном вдохе (до подбородка, носа, глаз, полностью) и открывание глаз под водой), ныряние за	Предметные - знать, правила поведения на воде, вход в воду, передвижение по дну, выпрыгивание из воды, погружения в воду и дыхательные упражнения. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	АВ 25.05 Б 25.05	

	предметами, «пройти в приседе» под водой. Сидя на бортике, прыгнуть в воду вниз ногами и погрузиться с головой под воду. Игры: «Кто быстрее спрячется под воду», «Умывание». Развитие координационных способностей.	задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды, погружения в воду и дыхательные упражнения. Личностные - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
--	---	---	--	--

Календарно-тематическое планирование составлено на основании учебного плана МБОУ «Гимназия №3» на 2020-2021 учебный год, утвержденного приказом № 246 от 18.08.2020г.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 3 -х классов(102час)

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся	Универсальные учебные действия	Дата проведения	
				план	факт
<i>1 четверть: Легкая атлетика – 12 ч</i>					
1	Разновидности ходьбы	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростных качеств. Развитие скоростных и координационных способностей. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно ходьба, как она выполняется. Личностные: Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	3а-1.09 3б-1.09 3в-1.09 3г-4.09	
2	Разновидности ходьбы	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м). Подвижная игра «Вызов номера». Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных ка-	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно ходьба, как она	3а-3.09 3б-3.09 3в-3.09 3г-5.09	

		<p>честв. Теория: История развития физической культуры и первых соревнований.</p>	<p>выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: формирование мотивации к изучению нового.</p>		
3	Бег с ускорением	<p>Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м, 60 м). Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция» Теория: Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно ходьба, как она выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	<p>3а-7.09 3б-7.09 3в-7.09 3г-7.09</p>	
4		<p>Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег (60 м). ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие скоростных качеств. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно ходьба, как она выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	<p>3а-8.09 3б-8.09 3в-8.09 3г-11.09</p>	
5	Прыжки с продвижением вперед	<p>Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Теория: Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями.</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижной игры. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.</p>	<p>3а-10.09 3б-10.09 3в-10.09 3г-12.09</p>	
6	Прыжки с продвижением вперед	<p>Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять прыжки с продвижением вперед, уметь рассказать правила выполнения ОРУ.</p>	<p>3а-14.09 3б-14.09 3в-14.09 3г-14.09</p>	

			Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.		
7	Прыжок в длину с места	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Лисы и куры».	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять прыжок в длину с места, уметь рассказать правила выполнения ОРУ. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	3а-15.09 3б-15.09 3в-15.09 3г-18.09	
8	Прыжок в длину с места	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Игра «Кто дальше прыгнет».	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять прыжок в длину с места, уметь рассказать правила выполнения ОРУ. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	3а-17.09 3б-17.09 3в-17.09 3г-19.09	
9	Развитие скоростно-силовых способностей	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «К своим флажкам» ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей. Прыжки со скакалкой.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения метания мяча. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-21.09 3б-21.09 3в-21.09 3г-21.09	
10	Развитие скоростно-силовых способностей	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «Попади в мяч». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения метания мяча. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и	3а-22.09 3б-22.09 3в-22.09 3г-25.09	

			формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.		
11	Метание малого мяча	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на заданное расстояние. Подвижная игра «Кто дальше бросит». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения метания мяча. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-24.09 3б-24.09 3в-24.09 3г-26.09	
12	Метание малого мяча	Метание малого мяча из положения, стоя грудью в направления метания. Подвижная игра «К своим флажкам». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять метания мяча из положения стоя. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях.	3а-28.09 3б-28.09 3в-28.09 3г-28.09	
<i>1 четверть: Подвижные игры – 14 ч.</i>					
13	Развитие скоростно-силовых способностей	Техника безопасности –подвижные игры. ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Теория: Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-29.09 3б-29.09 3в-29.09 3г-2.10	
14	Развитие скоростно-силовых способностей	Техника безопасности –подвижные игры. ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого.	3а-1.10 3б-1.10 3в-1.10 3г-3.10	

		способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Теория: Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки.	Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.		
15	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Теория: Подвижные игры во время прогулок.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-5.10 3б-5.10 3в-5.10 3г-5.10	
16	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Теория: Подвижные игры во время прогулок.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-6.10 3б-6.10 3в-6.10 3г-9.10	
17	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Передвижение по наклонной лестнице.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-8.10 3б-8.10 3в-8.10 3г-10.10	
18	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Передвижение по наклонной лестнице.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-12.10 3б-12.10 3в-12.10 3г-12.10	

19	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Теория: Правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-13.10 3б-13.10 3в-13.10 3г-16.10	
20	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Теория: Правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности	3а-15.10 3б-15.10 3в-15.10 3г-17.10	
21	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях.	3а-19.10 3б-19.10 3в-19.10 3г-19.10	
22	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях.	3а-20.10 3б-20.10 3в-20.10 3г-23.10	
23	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-22.10 3б-22.10 3в-22.10 3г-24.10	
24	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать	3а-26.10 3б-26.10 3в-26.10	

		развитие физических качеств	оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3г-26.10	
25	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-27.10 3б-27.10 3в-27.10 3г-30.10	
26	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.	3а-29.10 3б-29.10 3в-29.10 3г-31.10	
II четверть: Подвижные игры – 2 ч.					
27	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности	3а-9.11 3б-9.11 3в-9.11 3г-9.11	
28	Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения	3а-10.11 3б-10.11 3в-10.11 3г-13.11	

			подвижных игр. Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.		
		<i>II четверть: Гимнастика с основами</i>	акробатики – 19 ч.		
29	Построение в колонну по одному	Инструктаж по ТБ. Основная стойка. Построение в колонну по одному. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-12.11 3б-12.11 3в-12.11 3г-14.11	
30	Построение в колонну по одному	Основная стойка. Построение в колонну по одному. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-16.11 3б-16.11 3в-16.11 3г-16.11	

31	Построение в колонну по одному	<p>Основная стойка. ОРУ на месте. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Название основных гимнастических снарядов.</p> <p>Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	3а-17.11 3б-17.11 3в-17.11 3г-20.11	
32	Построение в колонну по одному	<p>Основная стойка. ОРУ на месте. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Название основных гимнастических снарядов.</p> <p>Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>	3а-19.11 3б-19.11 3в-19.11 3г-21.11	
33	Перекаты в группировке	<p>Основная стойка. Построение в шеренгу. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и</p>		

			перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-23.11 3б-23.11 3в-23.11 3г-23.11	
35	Перекаты в группировке	Основная стойка. Построение в круг. ОРУ. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей. Комплекс: гимнастика для глаз.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-24.11 3б-24.11 3в-24.11 3г-27.11	
36			Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-26.11 3б-26.11 3в-26.11 3г-28.11	
37	Перестроения	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с обручами. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Передвижение по гимнастической стенке.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-30.11 3б-30.11 3в-30.11 3г-30.11	
38				Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять размыкание на вытянутые в стороны руки, повороты направо, Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-1.12 3б-1.12 3в-1.12 3г-4.12
39	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. ОРУ с обручами. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять размыкание на вытянутые в стороны руки, повороты направо, Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-3.12 3б-3.12 3в-3.12 3г-5.12	
40	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и	3а-7.12 3б-7.12 3в-7.12	

		ОРУ с обручами. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять размыкание на вытянутые в стороны руки, повороты направо, Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	3г-7.12	
41	Ходьба по гимнастической скамейке	Повороты направо, налево. Выполнение команд: «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять ходьбу на гимнастической скамейке, повороты. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-8.12 3б-8.12 3в-8.12 3г-11.12	
42		Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.		3а-10.12 3б-10.12 3в-10.12 3г-12.12	
43	Ходьба по гимнастической скамейке	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять ходьбу на гимнастической скамейке, повороты. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-14.12 3б-14.12 3в-14.12 3г-14.12	
44				3а-15.12 3б-15.12 3в-15.12 3г-18.12	
45	Лазание по гимнастической стенке	ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке. Перелазание через коня. Игра «Ниточка и иголочка».	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой	3а-17.12 3б-17.12 3в-18.12 3г-19.12	

		Развитие силовых способностей. Теория: Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	информации. Познавательные: выполнять лазание по гимнастической стенке, перелезание через коня. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-21.12 3б-21.12 3в-21.12 3г-21.12	
46	Ходьба по гимнастической скамейке	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Комплекс упражнений на развитие физических качеств	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять ходьбу на гимнастической скамейке, повороты. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-22.12 3б-22.12 3в-22.12 3г-24.12	
47	Ходьба по гимнастической скамейке	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Комплекс упражнений на развитие физических качеств	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять ходьбу на гимнастической скамейке, повороты. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-24.12 3б-24.12 3в-25.12 3г-26.12	
III четверть: – Гимнастика с элементами акробатики - 1 ч.					
48	Лазание по гимнастической стенке	ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка».	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять лазание по гимнастической стенке, перелезание через коня. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	3а-11.01 3б-11.01 3в-11.01 3г-11.01	
49	Ходьба по гимнастической скамейке	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Комплекс упражнений на развитие физических качеств	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: выполнять ходьбу на гимнастической скамейке, повороты.	3а-12.01 3б-12.01 3в-12.01 3г-14.01	

			Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
		Ш четверть: - Плавание – 3 ч.			
50	Вход в воду Личная и общественная гигиена.	Техника безопасности. Техника безопасности при проведении занятий плаванием. Личная и общественная гигиена. Специальные плавательные упражнения для освоения в водной среде. Движения ног и рук при плавании способами кроль на груди и на спине. Передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, взявшись за руки и с различными исходными положениями рук, передвижение с изменением направлений («змейка», «хоровод» и т. д.), выпрыгивание из воды. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	3а-14.01 3б-14.01 3в-15.01 3г-16.01	
51	Передвижение по дну Специальные плавательные упражнения	Вход в воду, передвижение по дну шагом, бегом, прыжками Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	3а-18.01 3б-18.01 3в-18.01 3г-18.01	
52	Передвижение по дну Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища.	Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	3а-19.01 3б-19.01 3в-19.01 3г-21.01	

III четверть: Лыжные гонки – 20 ч.

53	Повороты на месте переступанием	<p>Инструктаж по ТБ. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом: упражнения - перенос массы тела с лыжи на лыжу, поднимание и опускание носков и пяток лыж, поднимание носков лыж и размахивание носком лыж вправо и влево. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-21.01 3б-21.01 3в-22.01 3г-23.01	
54	Повороты на месте переступанием	<p>Передвижение ступающим шагом в шеренге. Передвижение скользящим шагом без палок в шеренге и в колонне. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Игра «Кто быстрее».</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-25.01 3б-25.01 3в-25.01 3г-25.01	
55				3а-26.01 3б-26.01 3в-26.01 3г-28.01	
56	Ступающий шаг	<p>Ступающий шаг. Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок.</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять ступающий шаг Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-28.01 3б-28.01 3в-29.01 3г-30.01	
57				3а-1.02 3б-1.02 3в-1.02 3г-1.02	

58	Скользкий шаг без палок	Подводящие упражнения на месте: поднимание согнутой ноги, удерживая лыжу горизонтально над лыжней; прыжки на месте; приставные шаги в сторону. Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользкий шаг без палок.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять скользкий шаг без палок.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-2.02 3б-2.02 3в-2.02 3г-4.02	
59	Скользкий шаг без палок	Игра «Чей веер лучше», Игра «Кто быстрее». Комплекс упражнений на развитие физических качеств. Организация и проведение подвижных игр.		3а-4.02 3б-4.02 3в-5.02 3г-6.02	
60	Передвижение ступающим шагом	Передвижение ступающим шагом с широкими размахиваниями руками; с небольшого разбега ступающим шагом длительное скольжение на одной лыже; «Самокат» Передвижение скользким шагом под пологий уклон.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться скользким шагом без палок.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-8.02 3б-8.02 3в-8.02 3г-8.02	
61	Передвижение ступающим шагом	Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку».		3а-9.02 3б-9.02 3в-9.02 3г-11.02	
62	Передвижение скользким шагом	Передвижение под пологий уклон скользким шагом без палок. Передвижение скользким шагом по разметке. То же под пологий уклон с широкими размахиваниями руками, То же с палками держа их за середину. Подъем ступающим шагом на небольшую горку, спуск в основной стойке. Игра «Кто быстрее?»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться скользким шагом без палок.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-11.02 3б-11.02 3в-12.02 3г-13.02	
63	Передвижение ступающим шагом			3а-15.02 3б-15.02 3в-15.02 3г-15.02	

64	Поворот переступанием вокруг пяток лыж	Передвижение скользящим шагом без палок-30 м. Передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню. Поворот переступанием вокруг пяток лыж.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться скользящим шагом без палок, поворот переступанием вокруг пяток лыж</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-16.02 3б-16.02 3в-16.02 3г-18.02	
65		Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.		3а-18.02 3б-18.02 3в-19.02 3г-20.02	
66	Подъем ступающим шагом	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Игра – эстафета «Кто самый быстрый?».	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: подъем ступающим шагом.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-22.02 3б-22.02 3в-22.02 3г-22.02	
67				3а-23.02 3б-23.02 3в-23.02 3г-25.02	
68	Спуск в основной стойке	Передвижение скользящим шагом без палок на отрезках 3 x 30 м. Спуск в основной стойке. Прохождение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: подъем ступающим шагом</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-25.02 3б-25.02 3в-26.02 3г-27.02	

69	Спуск в основной стойке	Передвижение скользящим шагом без палок на отрезках 3 x 30 м. Спуск в основной стойке. Прохождение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: подъем ступающим шагом</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-1.03 3б-1.03 3в-1.03 3г-1.03	
70	Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками	Спуск в основной стойке на оценку. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками. Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?». Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	3а-2.03 3б-2.03 3в-2.03 3г-4.03	
71			3а-4.03 3б-4.03 3в-5.03 3г-6.03		

72	Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками	Спуск в основной стойке на оценку. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками. Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?». Комплекс упражнений на развит физических качеств.иe	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и	3а-8.03 3б-8.03 3в-8.03 3г-8.03	
III четверть: Подвижные игры с элементами баскетбола – 10 ч.					
73	Бросок мяча снизу на месте.	Инструктаж по ТБ. ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей. Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч на месте, знать правила игры Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	3а-9.03 3б-9.03 3в-9.03 3г-11.03	
74				3а-11.03 3б-11.03 3в-12.03 3г-13.03	
75	Бросок мяча снизу на месте.	ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	3а-15.03 3б-15.03 3в-15.03 3г-15.03	

76	Передача мяча снизу на месте	ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультурминуток, занятий по профилактике коррекции нарушений осанки.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера) умение</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять передачу мяча, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.</p>	3а-16.03 3б-16.03 3в-16.03 3г-18.03	29.03
77				3а-18.03 3б-18.03 3в-19.03 3г-20.03	
78	Ловля мяча на месте	ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять передачу мяча, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах.</p>	3а-1.04 3б-1.04 3в-2.04 3г-3.04	
79	Ловля мяча на месте	ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	3а-5.04 3б-5.04 3в-5.04 3г-5.04	

80	Ведение мяча на месте.	ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять ведение с мячом, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	3а-6.04 3б-6.04 3в-6.04 3г-8.04	
81	Ведение мяча на месте.	ОРУ на месте. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять ведение с мячом, бросать и ловить мяч на месте, участвовать в эстафетах. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	3а-8.04 3б-8.04 3в-9.04 3г-10.04	
82	Ведение мяча на месте	ОРУ на месте и в движении. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	3а-12.04 3б-12.04 3в-12.04 3г-12.04	
IV четверть: Подвижные игры с элементами футбола – 8 ч.					

83		<p>Тех. безопасности. ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Защитная стойка. Перемещение приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.</p> <p>Развитие координационных способностей.</p> <p>Теория: Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять стойки и перемещения.</p>	3а-13.04 3б-13.04 3в-13.04 3г-15.04	
84	Стойки и перемещения.		<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	3а-15.04 3б-15.04 3в-16.04 3г-17.04	
85		<p>ОРУ. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой.</p> <p>Закрепление перемещения приставным шагом. Игры и эстафеты на развитие физических качеств. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять удары, остановки, ведение мяча.</p>	3а-19.04 3б-19.04 3в-19.04 3г-19.04	
	Удары, остановки мяча.		<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>		

86	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы	ОРУ. Ведение мяча внешней частью подъёма и внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игра в мини-футбол. Развитие координационных способностей.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять ведение мяча внешней частью подъёма и внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	3а-20.04 3б-20.04 3в-20.04 3г-22.04	
87				3а-22.04 3б-22.04 3в-23.04 3г-24.04	
88	Передачи мяча внутренней стороной стопы	ОРУ. Ведение мяча. Передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игры и эстафеты с элементами футбола Игра в мини-футбол.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	3а-26.04 3б-26.04 3в-26.04 3г-26.04	
89				3а-27.04 3б-27.04 3в-27.04 3г-29.04	
90	Игры и эстафеты с элементами футбола	ОРУ. Ведение мяча. Передачи мяча внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Игры и эстафеты с элементами футбола Игра в мини-футбол. Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы .Удар по</p>	3а-29.04 3б-29.04 3в-30.04 3г-1.05	

			<p>неподвижному мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>		
IV четверть. Плавание – 3 ч.					
91	Личная и общественная гигиена.	<p>Техника безопасности. Название упражнений и основные признаки техники плавания. Влияние занятий плаванием на физическое развитие учащихся. Техника безопасности при проведении занятий плаванием. Личная и общественная гигиена. Специальные плавательные упражнения для освоения в водной среде. Движения ног и рук при плавании способами кроль на груди и на спине.</p> <p>Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине, вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств,</p>	<p>3а-3.05 3б-3.05 3в-3.05 3г-3.05</p>	
92	Специальные плавательные упражнения	Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища. Координационные упражнения на суше.	<p>доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	<p>3а-4.05 3б-4.05 3в-4.05 3г-6.05</p>	
93	Упражнения по совершенствованию техники движений рук, ног, туловища.	Специальные плавательные упражнения для изучения кроля на груди и спине. Упражнения по совершенствованию техники движений		<p>3а-6.05 3б-6.05 3в-7.05 3г-8.05</p>	

		рук, ног, туловища. Координационные упражнения на суше.			
IV четверть. Легкая атлетика -9 ч.					
94	Сочетание различных видов ходьбы	<p>Техника безопасности. ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Сочетание различных видов ходьбы.</p> <p>Бег (30 м).</p> <p>Бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.</p> <p>Теория: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: уметь сочетать различные виды ходьбы, выполнять бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	3а-10.05 3б-10.05 3в-10.05 3г-10.05	
95	Сочетание различных видов ходьбы	<p>ОРУ на месте и в движении.</p> <p>Сочетание различных видов ходьбы.</p> <p>Бег (30 м).</p> <p>Бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.</p> <p>Комплекс упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: уметь сочетать различные виды ходьбы, выполнять бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	3а-11.05 3б-11.05 3в-11.05 3г-13.05	
96	Бег с изменением направления, ритма и темпа.	<p>Бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Бег в заданном коридоре. Бег (60 м).</p> <p>Подвижная игра «День и ночь».</p> <p>Эстафеты. Развитие скоростных способностей.</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки работы в группе.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации.</p> <p>Познавательные: выполнять бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Личностные: формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и</p>	3а-13.05 3б-13.05 3в-14.05 3г-15.05	

			эмоционально-нравственной отзывчивости.		
97	Прыжок в длину с места	ОРУ на месте и в движении. Прыжок в длину с места. Эстафеты. Подвижная игра «Паращютисты». Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять прыжок в длину с места. Личностные: развитие сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	3а-17.05 3б-17.05 3в-17.05 3г-17.05	
98	Прыжок в длину с разбега	ОРУ на месте и в движении. Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. Подвижная игра «Кузнечики».	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять прыжок в длину с разбега с отталкиванием. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	3а-18.05 3б-18.05 3в-18.05 3г-20.05	
99	Прыжок в длину с места, с разбега.	ОРУ на месте и в движении. Прыжок в длину с места, с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять прыжок в длину с разбега. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	3а-20.05 3б-20.05 3в-21.05 3г-22.05	

			отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.		
100	Метание малого мяча в цель	ОРУ на месте и в движении. Метание малого мяча в цель (2 x 2) с 3-4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Гимнастика для глаз.	Коммуникативные: добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание малого мяча в цель. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	3а-24.05 3б-24.05 3в-24.05 3г-24.05	
101	Метание набивного мяча на дальность	ОРУ. Метание малого мяча в цель (2 x 2) с 3-4 м. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли, добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание набивного мяча на дальность. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	3а-25.05 3б-25.05 3в-25.05 3г-27.05	
102	Метание малого мяча в цель	ОРУ. Метание малого мяча в цель (2x2) с 3-4 м. Подвижная игра «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. .	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять метание малого мяча в цель. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	3а-27.05 3б-27.05 3в-28.05 3г-29.05	

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 4-х классов (102час.)

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся	Универсальные учебные действия	Дата проведения	
				план 4А 4 Б 4В 4 Г	факт
<i>I четверть. Легкая атлетика. (11)</i>					
1	Ходьба с изменением длины и частоты шагов.	Инструктаж по ТБ. Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Комп. упражнений на развитие физических качеств.	Личностные: ориентируются в понятии «физическая культура», формируют положительное отношение к урокам физкультуры. Регулятивные: учатся организовывать себя и свое рабочее место, контролировать и оценивать свои действия, поведение. Познавательные: узнают к каким травмам приводит не соблюдение ТБ, играть подвижные игры. Коммуникативные: учатся слушать, запоминать, анализировать, задавать вопросы, отвечать на вопросы учителя.	2.09	
2	Бег на скорость в заданном коридоре.	Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Комп. упражнений на развитие физических качеств.	Личностные: учатся нести личную ответственность за здоровый образ жизни, выполнять беговые упражнения. Регулятивные: учатся организовывать рабочее место с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач, играть подвижные игры. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	4.09	
3	Развитие скоростных способностей.	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Комп. упражнений на развитие физических качеств.	Личностные: учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относиться к партнёрам по игре, соблюдают дисциплину на уроке. Регулятивные: учатся удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем, определяют свои действия при командах. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: совершенствуют навыки взаимодействия друг с другом, соблюдая правила безопасности.	5.09	

4	Развитие скоростных способностей.	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Бег с заданным темпом и скоростью. Комп. упражнений на развитие физических качеств.	Личностные: учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относиться к партнёрам по игре, соблюдают дисциплину на уроке. Регулятивные: учатся удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем, определяют свои действия при командах. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: совершенствуют навыки взаимодействия друг с другом, соблюдая правила безопасности.	9.09	
5	Развитие скоростных способностей.	Бег на результат (30, 60 м). Круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей.	Личностные: учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относиться к партнёрам по игре, соблюдают дисциплину на уроке. Регулятивные: учатся удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем, определяют свои действия при командах. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: совершенствуют навыки взаимодействия друг с другом, соблюдая правила безопасности.	11.09	
6	Прыжки в длину	Прыжки в длину по заданным ориентирам. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». Комплекс упражнений на развитие физических качеств.	Личностные: учатся общаться и взаимодействовать в игровой деятельности, ответственному отношению за общее благополучие и умению не создавать конфликтов Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в подвижную игру	12.09	
7	Прыжки в длину	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные: учатся общаться и взаимодействовать в игровой деятельности, ответственному отношению за общее благополучие и умению не создавать конфликтов. Регулятивные: учатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия на уроке, прыгать в длину способом «согнув ноги», играть в подвижную игру	16.09	

			Коммуникативные: учатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.		
8	Прыжки в длину	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Шишки, желуди, орехи». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру	18.09	
9	Метание мяча на дальность	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные: развивают внимание, учатся общаться и взаимодействовать в учебной деятельности, Регулятивные: учатся удерживать познавательную задачу и выполнять действия по установленным правилам и командам учителя. Познавательные: знакомятся с физическими качествами и средствами их развития. Коммуникативные: учатся осуществлять самоконтроль над собой, адекватно оценивать свои действия.	19.09	
10	Метание мяча на дальность	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Третий лишний». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные: развивают внимание, учатся общаться и взаимодействовать в учебной деятельности, Регулятивные: учатся удерживать познавательную задачу и выполнять действия по установленным правилам и командам учителя. Познавательные: знакомятся с физическими качествами и средствами их развития. Коммуникативные: учатся осуществлять самоконтроль над собой, адекватно оценивать свои действия.	23.09	

11	Метание мяча на дальность	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Охотники и утки». Развитие скоростно-силовых способностей	<p>Личностные: развивают внимание, учатся общаться и взаимодействовать в учебной деятельности,</p> <p>Регулятивные: учатся удерживать познавательную задачу и выполнять действия по установленным правилам и командам учителя.</p> <p>Познавательные: знакомятся с физическими качествами и средствами их развития.</p> <p>Коммуникативные: учатся осуществлять самоконтроль, адекватно оценивать свои действия и результаты</p>	25.09	
<i>1 четверть. Подвижные игры. (16)</i>					
12	Развитие скоростно-силовых качеств	Инструктаж по ТБ. ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые» Развитие скоростно-силовых качеств.	<p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.</p>	26.09	
13	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые» Развитие скоростно-силовых качеств.	<p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.</p>	30.09	

14	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ Игры «Белые медведи», «Космонавты». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	2.10	
15	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ Игры «Белые медведи», «Космонавты». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	3.10	
16	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	7.10	
17	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	9.10	
18	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения	10.10	

			подвижных игр.		
19	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	14.10	
20	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	16.10	
21	Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	17.10	
22	Развитие скоростных качеств	ОРУ. Игры «Удочка», «Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных качеств	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	21.10	
23		ОРУ. Игры «Удочка», «Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных качеств	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать	23.10	

	Развитие скоростных качеств		рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.		
24	Развитие быстроты и ловкости.	ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики». Развитие скоростных качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	24.10	
25	Развитие быстроты и ловкости.	ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики». Развитие скоростных качеств	Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	28.09	
26	Развитие быстроты и ловкости	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня». Развитие скоростных качеств	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	30.10	
27	Развитие быстроты и ловкости	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня». Развитие скоростных качеств	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: уметь рассказать правила проведения подвижных игр.	31.10	

II четверть. Гимнастика. (20)

28	Акробатика	<p>Инструктаж по ТБ. ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами.</p>	<p>Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.</p>	11.11	
29	Акробатика	<p>ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами.</p>	<p>Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.</p>	13.11	
30	Акробатика	<p>ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Игра «Что изменилось?» Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.</p>	14.11	
31	Акробатика	<p>ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйсь!»,</p>	<p>Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку.</p>	18.11	

		«Смирно!», «Вольно!». Игра «Что изменилось?» Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей.	Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.		
32	Развитие координационных способностей	ОРУ. Мост (<i>с помощью и самостоятельно</i>). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!» , «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Игра «Точный поворот» Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей.	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	20.11	
33	Развитие координационных способностей	ОРУ. Мост (<i>с помощью и самостоятельно</i>). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!» , «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Игра «Точный поворот» Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей.	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	21.11	
34	Развитие координационных способностей	ОРУ. Мост (<i>с помощью и самостоятельно</i>). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!» , «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Игра «Быстро по местам» Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей.	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	25.11	

35	Развитие координационных способностей	ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Игра «Быстро по местам» Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей.	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	27.11	
36	Висы и упоры	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств.	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	28.11	
37	Висы и упоры	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	2.12	
38	Висы и упоры	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висячем положении, подтягивания в висячем положении. Эстафеты. Игра «Не ошибись!».	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности	4.12	

39	Висы и упоры	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!».	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности	5.12	
40	Развитие силовых качеств	ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	9.12	
41	Развитие силовых качеств	ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств	Личностные: учатся строить свой режим дня, заботиться о своём здоровье и физической форме. Регулятивные: запоминают принципы и последовательность выполнения упражнений; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии и важности упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной деятельности.	11.12	
42	Лазание по канату	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств	Личностные: формируют осанку посредством строевых и гимнастических упражнений; соблюдают правила ТБ при выполнении упражнений, правила страховки и само страховки; проявляют качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Регулятивные: запоминают технику выполнения строевых и акробатических упражнений; осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений строевой подготовки, акробатических упражнений, лазания и перелезания, висов и упоров; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии гимнастических и строевых упражнений на осанку. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях групповой деятельности.	12.12	

43	Лазание по канату	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств	<p>Личностные: формируют осанку посредством строевых и гимнастических упражнений; соблюдают правила ТБ при выполнении упражнений, правила страховки и само страховки; проявляют качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Регулятивные: запоминают технику выполнения строевых и акробатических упражнений; осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений строевой подготовки, акробатических упражнений, лазания и перелезания, висов и упоров; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии гимнастических и строевых упражнений на осанку.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях групповой деятельности.</p>	16.12	
44	Лазание по канату	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.	<p>Личностные: формируют осанку посредством строевых и гимнастических упражнений; соблюдают правила ТБ при выполнении упражнений, правила страховки и само страховки; проявляют качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Регулятивные: запоминают технику выполнения строевых и акробатических упражнений; осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений строевой подготовки, акробатических упражнений, лазания и перелезания, висов и упоров; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии гимнастических и строевых упражнений на осанку.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях групповой деятельности.</p>	18.12	

45	Опорный прыжок	<p>ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств.</p>	<p>Личностные: формируют осанку посредством строевых и гимнастических упражнений; соблюдают правила ТБ при выполнении упражнений, правила страховки и само страховки; проявляют качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Регулятивные: запоминают технику выполнения строевых и акробатических упражнений; осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений строевой подготовки, акробатических упражнений, лазания и перелезания, висов и упоров; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими. Познавательные: узнают о влиянии гимнастических и строевых упражнений на осанку, о развитии физических качеств посредством гимнастических и акробатических упражнений. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях групповой и соревновательной деятельности.</p>	19.12	
----	----------------	--	---	-------	--

46	Опорный прыжок	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игры и эстафеты на развитие физических качеств.	<p>Личностные: формируют осанку посредством строевых и гимнастических упражнений; соблюдают правила ТБ при выполнении упражнений, правила страховки и само страховки; проявляют качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Регулятивные: запоминают технику выполнения строевых и акробатических упражнений; осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений строевой подготовки, акробатических упражнений, лазания и перелезания, висов и упоров; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Познавательные: узнают о влиянии гимнастических и строевых упражнений на осанку, о развитии физических качеств посредством гимнастических и акробатических упражнений.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях групповой и соревновательной деятельности.</p>	23.12	
----	----------------	--	---	-------	--

47	Опорный прыжок	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Развитие скоростно-силовых качеств.	<p>Личностные: формируют осанку посредством строевых и гимнастических упражнений; соблюдают правила ТБ при выполнении упражнений, правила страховки и само страховки; проявляют качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Регулятивные: запоминают технику выполнения строевых и акробатических упражнений; осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений строевой подготовки, акробатических упражнений, лазания и перелезания, висов и упоров; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Познавательные: узнают о влиянии гимнастических и строевых упражнений на осанку, о развитии физических качеств посредством гимнастических и акробатических упражнений.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях групповой и соревновательной деятельности.</p>	25.12	
----	----------------	--	---	-------	--

48	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Построение в шеренгу с лыжами в руках. Выполнение команд: «Равняйсь», «Смирно», «По порядку рассчитайсь», «Вольно». Переноска лыж способом под руку, надевание лыж. Поворот на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом 25-30 м Передвижение за учителем в колонне по одному, по лыжне.	Личностные: соблюдают правила ТБ и дисциплины при передвижении на лыжах в колонне; выполняют организующие команды стоя на месте и при передвижении; проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения; проявляют внимание и взаимовыручку к одноклассникам. Регулятивные: учатся описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками; демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов; демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом; применять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности; совершенствуют универсальные умения по самостоятельному применению разных способов передвижения на лыжах в зависимости от характера лыжной трассы; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими.	26.12	
49	Поворот на месте	Передвижение ступающим шагом в шеренге. Передвижение скользящим шагом без палок в шеренге и в колонне за учителем. Игра «Кто быстрее». Поворот на месте переступанием вокруг пяток лыж. Спуски с пологих склонов с прохождением ворот из лыжных палок.		13.01	
50	Передвижение ступающим шагом	Ступающий шаг: Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. Спуски с пологих склонов с прохождением ворот из лыжных палок.		15.01	
51	Передвижение скользящим шагом	Передвижение, по кругу чередуя ступающий и скользящий шаг без палок. Игра «Кто быстрее»	Познавательные: узнают как правильно выбирать одежду и обувь для лыжных прогулок в зависимости от погодных условий, правил и требований безопасности. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.	16.01	
52	Передвижение на лыжах	Передвижение ступающим шагом. Передвижение скользящим шагом под пологий уклон.	Личностные: соблюдают правила ТБ и дисциплины при передвижении на лыжах в колонне; выполняют организующие команды стоя на месте и при	20.01	

53	Подъем ступающим шагом	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок; передвижение скользящим шагом размеченной ориентирами. Подъем ступающим шагом на небольшую горку, спуск в основной ст.	<p>передвижении; проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения; проявляют внимание и взаимовыручку к одноклассникам.</p> <p>Регулятивные: учатся описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками; демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов; демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом; применять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности; совершенствуют универсальные умения по самостоятельному применению разных способов передвижения на лыжах в зависимости от характера лыжной трассы; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Познавательные: узнают как правильно выбирать одежду и обувь для лыжных прогулок в зависимости от погодных условий, правил и требований безопасности.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>Личностные: соблюдают правила ТБ и дисциплины при передвижении на лыжах в колонне; выполняют организующие команды стоя на месте и при передвижении; проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения; проявляют внимание и взаимовыручку к одноклассникам.</p>	22.01	
54	Развитие быстроты	Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом без палок-30 м; передвижение скользящим шагом с палками по кругу. Игра «Кто быстрее».		23.03	
55	Торможение «плугом и упором».	Передвижение ступающим шагом в шеренге. Передвижение скользящим шагом без палок в шеренге и в колонне за учителем. Поворот на месте переступанием вокруг пяток лыж. Торможение «плугом и упором». Спуски с пологих склонов с прохождением ворот из лыжных палок.		27.01	
56	Передвижение без палок	Передвижение ступающим шагом в шеренге. Передвижение скользящим шагом без палок в шеренге и в колонне за учителем. Игра «Кто быстрее». Поворот на месте переступанием вокруг пяток лыж.		29.01	
57	Передвижение без палок	Ступающий шаг. Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок.		30.01	
58	Передвижение без палок	Передвижение, по кругу чередуя ступающий и скользящий шаг без палок. Игра «Кто быстрее»		3.02	
59	Развитие выносливости	Передвижение ступающим шагом. Передвижение скользящим шагом под пологий уклон. Торможение «плугом и упором». Прохождение дистанции до 2 км.		5.02	
60	Развитие выносливости	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Передвижение скользящим шагом		6.02	

		размеченной ориентирами. Подъем ступающим шагом на небольшую горку, спуск в основной стойке. Прохождение дистанции до 2 км.	<p>Регулятивные: учатся описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками; демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов; демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом; применять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности; совершенствуют универсальные умения по самостоятельному применению разных способов передвижения на лыжах в зависимости от характера лыжной трассы; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Познавательные: узнают как правильно выбирать одежду и обувь для лыжных прогулок в зависимости от погодных условий, правил и требований безопасности.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности</p>		
61	Развитие выносливости	Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом без палок-30 м. Передвижение скользящим шагом с палками по кругу. Прохождение дистанции до 2 км.		10.02	
62	Развитие выносливости	Спуски в основной стойке, подъем «лесенкой». Торможение «плугом и упором». Игры «не задень», «биатлон». Прохождение дистанции до 2 км.		12.02	
63	Попеременный 2-ух ш. ход.	Попеременный 2-ух ш. ход. Передвижение по учебной лыжне попеременным 2-ух ш. ходом. Игры на горке Прохождение дистанции до 2 км.		13.02	
64	Развитие выносливости	Передвижение попеременным 2-ух ш. ходом по учебной лыжне с плавным переходом на спуск: Спуск в основной стойке и торможение «плугом» Прохождение дистанции до 2 км.		17.02	
65	Подъём лесенкой	Преодоление подъема ступающим шагом и «лесенкой». Спуск в основной стойке и торможение падением. Игра «с горки на горку». Прохождение дистанции 2 км попеременным 2-ух ш. ходом в умеренном темпе.		19.02	
66	Спуск в основной стойке	Передвижение попеременным 2-ух ш. ходом по учебной лыжне с плавным переходом на спуск: Эстафета на лыжах. Игра «с горки на горку». Спуск в основной стойке и торможение «упором». Прохождение дистанции до 2 км.		20.02	

67	Подъем «полуелочкой»	<p>Подъем «полуелочкой» выполнить на ровной местности, затем на небольших склонах.</p> <p>Торможение «плугом и упором».</p> <p>Передвижение попеременным 2-ух ш. ходом дистанции 1 км на время.</p>	<p>Регулятивные: учатся описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками; демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов; демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом; применять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности; совершенствуют универсальные умения по самостоятельному применению разных способов передвижения на лыжах в зависимости от характера лыжной трассы; регулируют эмоции в процессе учебной деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Познавательные: узнают как правильно выбирать одежду и обувь для лыжных прогулок в зависимости от погодных условий, правил и требований безопасности.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.</p>	24.02	
III четверть. Подвижные игры с элементами баскетбола(10)					
68	Ведение, ловля и передача мяча.	<p>Инструктаж по ТБ.</p> <p>ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком.</p> <p>Игра «Гонка мячей по кругу».</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	<p>Личностные: учатся объяснять пользу подвижных и спортивных игр; проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении задач, возникающих в процессе игры.</p>	26.02	
69	Ведение, ловля и передача мяча.	<p>ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком</p> <p>Игра «Гонка мячей по кругу».</p>	<p>Регулятивные: запоминают правила подвижных игр и учатся выполнять их в процессе игровой деятельности; выполняют игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности; регулируют эмоции в процессе игровой деятельности,</p>	27.02	

		Развитие координационных способностей	уметь управлять ими; используют подвижные игры для организации активного отдыха и досуга; самостоятельно выбирают для проведения подвижных игр водящего и капитана команды; распределяются на команды с помощью считалочек.		
70	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте с переводом мяча с руки на руку. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей	<p>Познавательные: знакомятся с новыми играми, правилами; учатся готовить площадку для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.</p> <p>Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.</p>	3.03	
71	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте с переводом мяча с руки на руку. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей		5.03	
72	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой(левой)рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей		6.03	
73	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой(левой)рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей		10.03	
74	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой(левой) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Подвижная цель». Играв мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<p>Личностные: учатся объяснять пользу подвижных и спортивных игр; проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении задач, возникающих в процессе игры.</p> <p>Регулятивные: запоминают правила подвижных игр и учатся выполнять их в процессе игровой деятельности; выполняют игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности; регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими; используют подвижные игры для организации активного отдыха и досуга; самостоятельно выбирают для проведения подвижных игр водящего и капитана команды;</p>	12.03	
75	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой(левой) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Подвижная цель». Играв мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.		13.03	

76	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	распределяются на команды с помощью считалочек. Познавательные: знакомятся с новыми играми, правилами; учатся готовить площадку для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности	17.03	
77	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Дриблинг на месте. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча с изменением направления. Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Личностные: учатся объяснять пользу подвижных и спортивных игр; проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении задач, возникающих в процессе игры. Регулятивные: запоминают правила подвижных игр и учатся выполнять их в процессе игровой деятельности; выполняют игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности; регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими; используют подвижные игры для организации активного отдыха и досуга; самостоятельно выбирают для проведения подвижных игр водящего и капитана команды; распределяются на команды с помощью считалочек. Познавательные: знакомятся с новыми играми, правилами; учатся готовить площадку для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Коммуникативные: учатся общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.	19.03	
III четверть. Подвижные игры с элементами м/футбола(1)					

78	Передача и остановка мяча. Ведение и удар по мячу.	Инструктаж по ТБ.ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча. Ведение мяча правой (левой) ногой в движении. Удар по мячу. П./игра «Попади в цель». Игра в мини-футбол.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: соблюдать Т.Б, выполнять ведение, передачи и остановки мяча.	20.03	
IV четверть. Подвижные игры с элементами м/футбола(9)					
79	Передача и остановка мяча. Ведение и удар по мячу.	Инструктаж по ТБ.ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча. Ведение мяча правой (левой) ногой в движении. Удар по мячу. П./игра «Попади в цель». Игра в мини-футбол.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: соблюдать Т.Б, выполнять ведение, передачи и остановки мяча	2.04	
80	Передача и остановка мяча. Ведение и удар по мячу.	ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча. Ведение мяча с обводкой стоек. Удар по мячу. П./игра «Отними мяч». Игра в мини-футбол.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ведение, передачи и остановки мяча.	3.04	

81	<p>Передача и остановка мяча. Ведение и удар по мячу.</p>	<p>ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча. Ведение мяча с обводкой стоек. Удар по мячу. П./игра «Отними мяч». Игра в мини-футбол.</p>	<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ведение, передачи и остановки мяча.</p>	7.04	
82	<p>Передача и остановка мяча. Ведение и удар по мячу.</p>	<p>ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча в треугольнике. Ведение мяча с изменением направления. Удары по воротам. П./игра «Мяч — ловцу». Игра в мини-футбол.</p>	<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ведение, передачи и остановки мяча</p>	9.04	
83	<p>Передача и остановка мяча. Ведение и удар по мячу.</p>	<p>ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча в треугольнике. Ведение мяча с изменением направления. Удары по воротам. П./игра «Мяч — ловцу». Игра в мини-футбол.</p>	<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ведение, передачи и остановки мяча</p>	10.04	

84	Развитие координационных способностей	ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча в движении. Ведение мяча и удар по воротам. П./игра «Быстро и точно». Игра в мини-футбол.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ударов по воротам, ведение, передачи и остановки мяча	14.04	
85	Развитие координационных способностей	ОРУ на месте и в движении. Передача и остановка мяча в движении. Ведение мяча и удар по воротам. П./игра «Быстро и точно». Игра в мини-футбол.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ударов по воротам, ведение, передачи и остановки мяча	16.04	
86	Развитие координационных способностей	ОРУ на месте и в движении. Передача, остановка и удар по мячу. Ведение мяча с изменением скорости. Эстафета с ведением, передачей и ударом по мячу. Игра в мини-футбол.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ведение, передачи и остановки мяча, ударов по мячу	17.04	

87	Развитие координационных способностей	ОРУ на месте и в движении. Передача, остановка и удар по мячу. Ведение мяча с изменением скорости. Эстафета с ведением, передачей и ударом по мячу. Игра в мини-футбол.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия. Познавательные: выполнять ведение, передачи и остановки мяча, ударов по мячу	21.04	
----	---------------------------------------	---	---	-------	--

IV четверть. Легкая атлетика. (10)

88	Бег с максимальной скоростью	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Белые медведи». Встречная эстафета.	Личностные: учатся общаться и взаимодействовать в учебной, игровой и соревновательной деятельности, ответственному отношению за общее благополучие и умению не создавать конфликтов, проявляют дисциплинированность, помощь, внимание друг к другу, волю к достижению хорошего результата. Регулятивные: учатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила; выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых, прыжковых упражнений; различать разновидности беговых и прыжковых заданий; соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых, прыжковых упражнений, при метании мяча; выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические	23.04	
89	Развитие скоростных способностей	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Игра «Эстафета зверей». Бег с максимальной скоростью (60 м).		24.04	
90	Развитие скоростных способностей	Бег на результат (30, 60 м). Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон»		28.04	
91	Прыжок в длину с разбега	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди».		30.04	
92	Развитие скоростно-силовых способностей	Прыжок в длину, способом согнув ноги. Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Тестирование физических качеств		1.05	
93	Прыжок в высоту	Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки».		5.05	

94	Прыжок в высоту	Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей	<p>упражнения.</p> <p>Познавательные: узнают новые игры, способы и правила ведения игр и использование их для активного отдыха во время каникул.</p> <p>Коммуникативные: учатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия, общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.</p>	7.05	
95	Метание малого мяча	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4-5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей		8.05	
96	Развитие скоростно-силовых способностей	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей.		12.05	
97	Развитие скоростно-силовых способностей	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние. Игра «Дальние броски».		14.05	

98	Вход в воду, передвижение	<p>Инструктаж по Т.Б. Вход в воду по трапу бассейна, спад вниз ногами, сидя на бортике бассейна, соскоком вниз ногами с бортика бассейна.</p> <p>Передвижение по дну шагом, бегом, прыжками, взявшись за руки и с различными исходными положениями рук, передвижение с изменением направлений («змеяка», «хоровод» и т. д.), выпрыгивание из воды, оттолкнувшись ногами от дна бассейна, стоя на дне, шлепать по поверхности воды кистями рук.</p>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять вход в воду, передвигаться по дну, выпрыгивать из воды.</p>	23.05 15.05	
99	Кроль на груди	<p>Движение ног и рук при плавании кроль на груди, кроль на спине или брасс. Проплывание одним из способов 25 м. Прыжки с тумбочки. Повороты</p>	<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: плавать кролем на груди, на спине, брассом. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p>	19.05	
100	Кроль на груди	<p>Движение ног и рук при плавании кроль на груди, кроль на спине или брасс. Проплывание одним из способов 25 м. Прыжки с тумбочки. Повороты</p>	<p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: плавать кролем на груди, на спине, брассом. Коммуникативные: с достаточной полнотой и</p>	21.05	

			точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).		
101	Прыжки с тумбочки. Повороты.	Повторное проплывание отрезков 10 – 25 м (2-6 раз). Прыжки с тумбочки. Повороты. Игры и развлечения на воде. 100 м (2-3 раза).	Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибки и справлять ее по указанию взрослого. Познавательные: прыгать в воду с тумбы, плавать кролем на груди, на спине, выполнять повороты в воде. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обеспечивать бесконфликтную совместную работу.	22.05	
102	Прыжки с тумбочки. Повороты.	Повторное проплывание отрезков 10 – 25 м (2-6 раз). Прыжки с тумбочки. Повороты. Игры и развлечения на воде. 100 м (2-3 раза).	Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибки и справлять ее по указанию взрослого. Познавательные: прыгать в воду с тумбы, плавать кролем на груди, на спине, выполнять повороты в воде. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обеспечивать бесконфликтную совместную работу.	26.05	