

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Самарской области**

**Юго-Западное управление Министерства образования Самарской области**

**ГБОУ СОШ п.Масленниково**

**РАССМОТРЕНО**

**Руководитель ШМО**

\_\_\_\_\_  
Гомонов В. В.  
Протокол №1 от «21»  
августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

**Ответственный за УР**

\_\_\_\_\_  
Имашева А. С.  
Протокол №1 от «23»  
августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор ГБОУ СОШ  
п. Масленниково**

\_\_\_\_\_  
Шустова Н. И.  
Приказ № 103/1 от «30»  
августа 2024 г.

**Адаптированная общеобразовательная программа**

**по физической культуре**

**для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (ТНР)**

**1-4 классы**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР), требованиями Примерной основной образовательной программы ОУ и ориентирована на работу по учебно-методическому комплекту:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (1-4 классы) (Утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373; в ред. приказов от 26 ноября 2010 г. № 1241, от 22 сентября 2011 г. № 2357)
2. Примерные программы начального образования. Физическая культура. – М.: Просвещение, 2010.
3. Образовательная программа ГБОУ СОШ п.Масленниково

## ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ КУРСА

*Целью* обучения физической культуре является *формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.*

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных *задач*:

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.
  - Овладение ребёнком основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации.
  - Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.
  - Овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
  - Овладение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна.
  - Формирование умения следить за своим физическим состоянием, развитием основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).
  - Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
  - Развитие кинетической и кинестетической основы движений.
  - Преодоление дефицитности психомоторной сферы.
  - Развитие информативной, регулятивной, коммуникативной функций речи в процессе занятий физической культурой.
- Овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья;

- Поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами;
- Овладеть умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе;
- Адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна;
- Формировать умения следить за своим физическим состоянием, развитием основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- Формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

## **ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

1. Формирование основ гражданской идентичности личности на базе:

- чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознания ответственности человека за благосостояние общества;

- восприятия мира как единого и целостного при разнообразии культур, национальностей, религий; отказа от деления на «своих» и «чужих»; уважения истории и культуры каждого народа;

2. Формирование психологических условий развития общения, кооперации сотрудничества на основе:

- доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;

- уважения к окружающим — умения слушать и слышать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиций всех участников;

3. Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческих принципов нравственности и гуманизма:

- принятия и уважения ценностей семьи и общества, школы, коллектива и стремления следовать им;

- ориентации в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей, развитии этических чувств (стыда, вины, совести) как регуляторов морального поведения;

- формирования чувства прекрасного и эстетических чувств благодаря знакомству с мировой и отечественной художественной культурой;

4. Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию:

- развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;

- формирование способности к организации своей учебной деятельности (планированию, контролю, оценке).

4. Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

5. Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира - частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное

отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

6. Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

7. Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви.

8. Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

9. Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

10. Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

11. Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

12. Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

13. Ценность патриотизма - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

14. Ценность человечества - осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

## **КОРРЕКЦИОННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ АООП НОО с ТНР**

Адаптированная основная образовательная программа для обучающихся с ТНР на ступени начального общего образования включает в себя направления коррекционной деятельности, отражающие ее основное содержание:

-диагностическая работа обеспечивает своевременное выявление у обучающихся с ТНР особых потребностей в адаптации к освоению адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования, проведение комплексного обследования и подготовку рекомендаций по оказанию психолого-медико-педагогической помощи в условиях образовательной организации;

-коррекционно-развивающая работа обеспечивает оказание своевременной адресной специализированной помощи в освоении содержания образования и коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом, речевом развитии обучающихся с ТНР;

-консультативная работа обеспечивает непрерывность специального сопровождения обучающихся с ТНР в освоении адаптированной основной общеобразовательной программы начального образования, специалистов, работающих с детьми, их семей по вопросам реализации дифференцированных психолого-педагогических условий образования, воспитания, коррекции, развития и социализации обучающихся с ТНР;

-информационно-просветительская работа направлена на разъяснительную деятельность по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для обучающихся с ТНР, со всеми его участниками - сверстниками, родителями (законными представителями).

Коррекционно-развивающая работа включает:

- системное и разностороннее развитие речи и коррекцию речевых расстройств;
- совершенствование коммуникативной деятельности;

- формирование и коррекцию общефункциональных и специфических механизмов речевой деятельности (по Е.Ф. Собонович);

- развитие и коррекцию дефицитарных функций (сенсорных, моторных, психических) у обучающихся с ТНР;

- развитие познавательной деятельности, высших психических функций (что возможно только лишь в процессе развития речи);

- формирование или коррекцию нарушений развития личности, эмоционально-волевой сферы с целью максимальной социальной адаптации обучающегося с ТНР;

- достижение уровня речевого развития, оптимального для обучающегося, и обеспечивающего возможность использовать освоенные умения и навыки в разных видах учебной и вне учебной деятельности, различных коммуникативных ситуациях.

### *Механизмы реализации программы коррекционной работы*

Основными механизмами реализации программы коррекционной работы являются оптимально выстроенное взаимодействие специалистов образовательной организации, обеспечивающее комплексное, системное сопровождение образовательного процесса, и социальное партнерство, предполагающее профессиональное взаимодействие образовательной организации с внешними ресурсами (организациями различных ведомств, другими институтами общества).

Взаимодействие специалистов образовательной организации предусматривает:

- многоаспектный анализ личностного, познавательного, речевого развития обучающегося с ТНР;

- комплексный подход к диагностике, определению и решению проблем обучающегося с ТНР, к предоставлению ему квалифицированной помощи с учетом уровня речевого развития, механизма речевой патологии, структуры речевого дефекта;

- разработку индивидуальных образовательных маршрутов обучающихся с ТНР.

Социальное партнерство предусматривает:

- сотрудничество с образовательными организациями и другими ведомствами по вопросам преемственности обучения, развития, социализации, здоровьесбережения обучающихся с ТНР;

- сотрудничество со средствами массовой информации;

- сотрудничество с родительской общественностью.

В программе по физической культуре для обучающихся с нарушениями речи учтены особенности состояния и функциональных возможностей организма детей. Эти особенности диктуют формирование детей по *физкультурным группам*:

• *основная* (категория детей по состоянию здоровья выполняет физическую нагрузку в соответствии с возрастом, сдающая тесты физической подготовки);

• *подготовительная* (категория детей по состоянию здоровья выполняет физическую нагрузку с незначительными ограничениями, сдающая тесты физической нагрузки);

• *специальная* (категория детей по состоянию здоровья освобождается от физической нагрузки, осваивает учебный материал теоретически: доклад, конспект в тетради по физической культуре).

## МЕСТО КУРСА

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю (всего 102 ч): в 1 классе — 99 ч, во 2 -4 классе — 102 ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом МОиН от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ АООП НОО ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ТНР

### Личностные результаты освоения АООП НОО:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### Метапредметные результаты освоения АООП НОО:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;

8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных.

### **Предметные результаты освоения АООП НОО соответствуют ФГОС НОО:**

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и другие), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

4) представления о собственном теле, о своих физических возможностях и ограничениях; умение устанавливать связь телесного самочувствия с физической нагрузкой (усталость и болевые ощущения в мышцах после физических упражнений); сформированность понятия о тренировке тела; овладение основными параметрами движений (объем, точность, сила, координация, пространственная организация) в соответствии с физическими возможностями; сформированность навыков полного смешанно диафрагмального дыхания с активизацией мышц брюшного пресса во время вдоха и выдоха в процессе выполнения физических упражнений;

5) ориентация в понятиях "режим дня" и "здоровый образ жизни"; знание о роли и значении режима дня в сохранении и укреплении здоровья; умение соблюдать правила личной гигиены; умение дозировать физическую нагрузку в соответствии с индивидуальными особенностями организма; овладение комплексами физических упражнений, рекомендованных по состоянию здоровья;

6) интерес к определенным (доступным) видам физкультурно-спортивной деятельности: плавание, ходьба на лыжах, езда на велосипеде, спортивные игры, туризм и другие; овладение спортивными умениями, доступными по состоянию здоровья (плавание, ходьба на лыжах и пр.); умение радоваться достигнутым результатам, получать удовольствие от занятий физической культурой.

## 1 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, количество 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, сек	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 из виса на высокой перекладине (снизу - девочки), количество раз	4	2-3	1	10 - 11	8 - 9	6 - 7
Прыжок в длину с места, см	128 – 135	119 – 125	107 – 118	120 – 129	116 – 119	95 – 115
Наклон вперед из положения сед, ноги врозь, см	+4 + 6	+3 +5	+1	+8 +9	+4 +6	+2
Бег 30 м с высокого старта, сек	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 мин	7,30	6.45	6,12	6,23	6,52	7,37



### 3 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание из виса на высокой перекладине (снизу - девочки), количество раз	5-6	3-4	2-1	12 - 14	9 - 11	7-8
Прыжок в длину с места, см	137-146	127-136	112-125	145-153	125-143	116-124
Наклон вперед из положения сед, ноги врозь, см	+7 +8	+3 +5	+2	+10	+6 +9	+2
Бег 30 м с высокого старта, сек	6,1 - 5,6	5,9 - 6,3	6,2 – 6,9	6,2 – 5,8	6,3 – 6,7	6,9 – 7,2
Бег 1000 мин	8,0 – 8,5	9 – 11,0	12,0	7,5 – 8,0	11,0 – 10,0	12,5 – 13,0
Ходьба на лыжах 1 км (мин, сек)	8,5 – 9,0	9,5 – 10,0	11,0 – 10,0	8,6 – 9,5	10,5 – 11,5	12,5 – 11,5

## 4 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание из виса на высокой перекладине (снизу - девочки), количество раз	6	4	3	18	15	10
Прыжок в длину с места, см	155-165	140-154	130-145	155-160	140-145	125-135
Наклон вперед из положения сед, ноги врозь, см	+9	+7	+3	+11	+8	+4
Бег 30 м с высокого старта, сек	5,7 – 5,5	6,2 – 5,8	6,5 – 6,3	6,1 – 5,8	6,4 – 6,0	6,8 – 6,5
Бег 60 м с высокого старта, сек	10,0	10,8	11,0	10,3	11,0	11,5
Бег 1000 м (мин, сек)	4,30	5,00	5,30	5,00	5,40	6,30
Ходьба на лыжах 1 км (мин, сек)	7,00	7,30	8,00	7,30	8,00	8,30

## КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

*Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки.*

*Мелкими ошибками* считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения.

К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

*Значительные* ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого. К значительным ошибкам относятся:

- Старт не из требуемого положения;
- Отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- Бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- Несинхронность выполнения упражнения.

*Грубые* ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки).

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе, лазанье. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

## УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

АООП НОО ФГОС, 2023 - 2024

№ п/п	Раздел/Тема	Кол-во часов	Класс				Кол-во контрольных работ
			1	2	3	4	
1	Знания о физической культуре	12	3	3	3	3	-
2.	Способы физкультурной деятельности	12	3	3	3	3	-
3.	Физическое совершенствование						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	8	2	2	2	2	1
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность						
4.1	Гимнастика с основами акробатики		16	16	16	16	2
4.2	Легкая атлетика		27	27	27	27	4
4.3	Лыжные гонки		17	18	18	18	1
4.4	Плавание		-	6	8	8	-
4.3	Подвижные и спортивные игры		31	27	25	25	3
	Итого:	405	99	102	102	102	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

В предлагаемой программе учебные разделы выделены в соответствии с содержанием учебного материала "Знания о физической культуре", "Способы двигательной деятельности", "Физическое совершенствование".

Содержание раздела "Знания о физической культуре" отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

**Физическая культура.** Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, лазанье, 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. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

*Физические упражнения.* Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

*Самостоятельные занятия.* Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

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

*Самостоятельные игры и развлечения.* Организация и способы физкультурной деятельности. Знания о физической культуре проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

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

Гимнастические упражнения прикладного характера.

*Легкая атлетика.* Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; высокий старт с последующим ускорением.

Броски: большого мяча (0,5 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

*Лыжи.* Передвижение на лыжах; повороты; ускорения; торможение.

*Подвижные и спортивные игры.* На материале гимнастики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

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

*На материале конькобежной подготовки:* эстафеты в передвижении на коньках, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

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

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

*Общеразвивающие упражнения*

На материале гимнастики

*Развитие гибкости:* широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе.

*Развитие координации:* произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

*Формирование осанки:* ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

*Развитие силовых способностей:* динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 0,5 кг, гантели до 300 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку.

*На материале легкой атлетики*

*Развитие координации:* бег с изменяющимся направлением; пробегание коротких отрезков.

*Развитие быстроты:* повторное выполнение беговых упражнений с высокого старта, из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений.

*Развитие выносливости:* равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой; бег на дистанцию до 300 м без учёта времени; равномерный 3-минутный бег.

*Развитие силовых способностей:* повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (0,5 кг), по кругу, из разных исходных положений.

*На материале конькобежной подготовки:*

*Развитие координации:* перенос тяжести тела с конька на конек (на месте, в движении, прыжком с опорой на клюшку); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на коньках; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горки с изменяющимися стойками на коньках; подбирание предметов во время ускорения в низкой стойке.

*Развитие выносливости:* передвижение на коньках в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально- технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Начальная школа	
1	<b>Библиотечный фонд</b>		
	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д+	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно- методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 1 – 4 классы	Д+	
	Рабочие программы по физической культуре	Д+	
	Учебники пособия, которые входят в предметную линию учебников В.И. Ляха. В.И. Лях. Физическая культура. 1 – 4 классы. Учебник для общеразвивающих учреждений. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика (Серия «Работаем по новым стандартам»). Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов. Физическая культура. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы. 1 – 4 классы	К+	Учебники, рекомендованные Министерством образования и науки РФ и пособия, входят в библиотечный фонд
	Учебная, научная и научно-популярная литература по физической культуре, олимпийскому движению	Д+	
	Методические издания по физической культуре для учителей	Д+	Методические пособия и рекомендации журнал «Физическая культура в школе»
2	<b>Демонстрационные учебные пособия</b>		
	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
	Плакаты методические	Д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действия гимнастическим упражнениям
	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры и спорта, олимпийского движения	Д	
3	<b>Экранно-звуковые пособия</b>		
	Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителя)	Д	
	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцам, проведения



			спортивных праздников, соревнований
4	<b>Технические средства обучения</b>		
	Телевизор с универсальной приставкой	Д	Не менее 72 см по диагонали
	DVD-плеер	Д	С возможностью использования дисков CD-R? CD-RW? MP3
	Радиомикрофон	Д	
	Мегафон	Д	
	Мультимедийный компьютер	Д	
	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д	
	Сканер	Д	
	Принтер лазерный	Д	
	Копировальный аппарат	Д	
	Цифровая видеокамера	Д	
	Цифровой фотоаппарат	Д	
	Мультимедиа проектор	Д	
	Экран	Д	
5	<b>Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование</b>		
	Стенка гимнастическая	Г	
	Бревно гимнастическое напольное		
	Бревно гимнастическое высокое	Г	
	Козел гимнастический	Г	
	Конь гимнастический	Г	
	Перекладина гимнастическая	Г	
	Канат гимнастический для лазания	Г	
	Мост гимнастический подкидной	Г	
	Скамейка гимнастическая жесткая	Г	
	Комплект навесного оборудования	Г	
	Скамья атлетическая наклонная	Г	
	Гантели наборные	Г	
	Коврик гимнастический	К	
	Акробатическая дорожка	Г	
	Маты гимнастические	Г	
	Мяч набивной (1кг, 2кг)	Г	
	Мяч малый (теннисный)	К	
	Скакала гимнастическая	К	
	Палка гимнастическая	К	
	Обруч гимнастический	К	
	Коврики массажные	Г	
	Секундомер настенный	Д	
	Сетка для переноса мячей	Д	
6	<b>Легкая атлетика</b>		
	Планка для прыжков в высоту	Д	
	Стойка для прыжков в высоту	Д	
	Флажки разметочные на опоре	Г	
	Лента финишная	Д	
	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г	
	Рулетка измерительная	Д	
	Номера нагрудные	Г	
7	<b>Подвижные и спортивные игры</b>		

	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	
	Щиты баскетбольные с кольцами и сеткой	Г	
	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	
	Жилетки игровые с номерами	Г	
	Стойки волейбольные	Д	
	Сетка волейбольная	Д	
	Мячи волейбольные	Г	
	Табло перекидное	Д	
	Ворота для мини-футбола	Д	
	Сетка для ворот мини-футбола	Д	
	Мячи футбольные	Г	
	Номера нагрудные	Г	
	Ворота для ручного мяча	Д	
	Мячи для ручного мяча	Г	
	Компрессор для накачивания мячей	Д	
8	<b>Туризм</b>		
	Палатки туристические	Г	
	Рюкзаки туристические	Г	
	Комплект туристический бивуачный	Д	
9	<b>Измерительные приборы</b>		
	Пульсометр	Г	
	Шагомер электронный	Г	
	Комплект динамометров ручных	Д	
	Динамометр становой	Д	
	Степ-тест	Г	
	Тонометр автоматический	Д	
	Весы медицинские с ростомером	Д	
10	<b>Средства первой помощи</b>		
	Аптечка медицинская	Д	
11	<b>Дополнительный инвентарь</b>		
	Доска аудиторная с магнитами	Д	доска передвижная
	Спортивные залы	Д	
	Спортивный зал игровой	Д	С раздевалками для мальчиков и девочек
	Спортивный зал гимнастический	Д	
	Зоны рекреации	Д	
	Кабинет учителя	Д	Стол, стул, сейф, книжный шкаф, шкаф для одежды
	Подсобное помещение для инвентаря	Д	Стеллажи, контейнеры
12	<b>Пришкольный стадион</b>		
	Легкоатлетическая дорожка	Д	
	Сектор для прыжков в длину	Д	
	Сектор для прыжков в высоту	Д	
	Игровое поле для футбола	Д	
	Площадка игровая волейбольная	Д	
	Площадка игровая баскетбольная	Д	
	Гимнастический городок	Д	
	Полоса препятствий	Д	
	Лыжная трасса	Д	

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре**  
**адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ОВЗ (ТНР)**  
**на 2023 – 2024 учебный год 1 класс**

№ п/п	Раздел программы	Часы	Класс /четверть				Кол-во контрольных работ
			1 класс (99ч)				
			I	II	III	IV	
<b>1</b>	<b>Знания о физической культуре</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>			-
1.1	Физическая культура		1				
1.2	Из истории физической культуры		1				
1.3	Физические упражнения			1			
<b>2.</b>	<b>Способы физкультурной деятельности</b>	<b>3</b>			<b>2</b>	<b>1</b>	-
2.1	Самостоятельные занятия				1		
2.2	Самостоятельные наблюдения и физическая подготовка				1		
2.3	Физическая подготовка: самостоятельные игры и развлечения					1	
<b>3.</b>	<b>Физическое совершенствование</b>						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	<b>2</b>			1	1	1
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>						
4.1	Гимнастика с основами акробатики	16		16			2
4.2	Легкая атлетика	27	16			11	4
4.3	Лыжные гонки	17			17		1
4.4	Подвижные (спортивные) игры	9	9				
	• п/и разных народов	4		4			1
	• с основами сп/и волейбол	10			10		1
	• с основами сп/и футбол	8				8	1
	Итого:	<b>99</b>	27	21	30	21	

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре  
адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ОВЗ (ТНР)**

**на 2023 – 2024 учебный год 1 класс**

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)	
				Предметные	Метапредметные	Личностные			
<b>1 КЛАСС I ЧЕТВЕРТЬ</b>									
<b>Легкая атлетика - 16ч (2к) Знания о ФК – 2ч</b>									
1	<b>Техника безопасности на уроках л/а</b> Обучение построения в шеренгу и колонну	1	Познакомить с правилами поведения на уроках л/а; учить слушать и выполнять команды на построение.	<b>Научаться:</b> - соблюдать правила безопасного поведения на уроке; - выполнять действия по образцу; - выполнять команды на построения в шеренгу и колону; - выполнять комплексы утренней гимнастики	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют ФК как занятия физическими упражнениями (ФУ), подвижными и спортивными играми (п/и; с/и) <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Лях В.И. мой друг – физкультура: Учеб. Для учащихся 1-4 кл. нач. шк./В.И. Лях – 2 изд. – М.: Просвещение, 2014 – 192с.	1-н	
2	<b>Знание о ФК:</b> <i>Физическая культура как система разнообразных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека.</i>	1	Физическая культура как система разнообразных занятий ФУ, закаливанием, подвижными и спортивными играми, туризмом. Связь занятий ФК со здоровьем, физическим развитием и физической подготовкой.	<b>Научаться:</b> Раскрывать понятие «физическая культура» Характеризовать основные формы занятий (утренняя зарядка, закаливание, уроки ФК, занятия ф спортивных секциях, игры во время отдыха, тур. походы). Раскрывать положительное влияние занятий ФК на укрепление здоровья	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.			
3	Обучение построению в	1	Учить выполнять команды:	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> самостоятельно	<b>Личностные:</b>			

	шеренгу, в колонну. Обучение технике старт в беге. Разучивание игры «Ловишка»		«Смирно!» «Равняйся!», построение в шеренгу, колонну по одному; техника старта.	-выполнять команды на построения и перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики	выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации		
4	Совершенствование выполнения строевых упражнений. Техника старта в беге 30 м. Разучивание игры «Салки с домом»	1	Повторить построение в шеренгу; учить построению в колонну; учить технике «высокого старта» в беге на 30 м	<b>Научаться:</b> -выполнять организующие строевые команды; -выполнять беговую разминку; -выполнять бег с «высокого старта» по команде	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности		2-н
5	Техника челночного бега 3×10м Подвижная игра «Гуси-лебеди»	1	Учить технике бега; учить бегу с изменением направления движения	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения (челночный бег); -технически правильно выполнять поворот в челночном беге	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> раскрывают внутреннюю позицию школьника; стремятся хорошо учиться, сориентированы на участие в делах школы		
6	Обучение прыжкам в длину с места. Обучение понятию «расчет по порядку». Контроль пульса.	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в длину с места; соблюдать правила безопасности во время приземления.	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжке в длину	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов		

				с места; -контролировать пульс	задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
7	Тесты общей физической подготовки: прыжок в длину с места, челночный бег 3×10м П/игра «Вызов номера»	1(к)	Определить показатели физических качеств: скоростно-силовые способности и ловкость	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения (старт, разбег, финиш); -технике движения рук и ног в прыжке в длину с места; -технику челночного бега; -контролировать пульс	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		3-н
8	Обучение прыжкам в высоту. Контроль пульса. П/игра: «Зайцы в огороде»	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в высоту; соблюдать правила безопасности во время приземления.	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжке в высоту; -контролировать пульс	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
9	Обучение прыжкам в высоту.	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в высоту; соблюдать правила безопасности во время приземления.	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжке в высоту; -контролировать пульс	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

10	Техника метания на дальность. Подвижная игра «К своим флажкам»	1	Учить технике метания мяча на дальность; выполнение подготовительных и подводящих упражнений; выполнение имитации техники движений.	<b>Научаться:</b> -технически правильно выполнять метание предмета; -выполнять организующие строевые команды и приемы	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		4-н
11	Техника метания на дальность. Подвижная игра «К своим флажкам»	1	Учить технике метания мяча на дальность; выполнение подготовительных и подводящих упражнений; выполнение имитации техники движений.	<b>Научаться:</b> -технически правильно выполнять метание предмета; -выполнять организующие строевые команды и приемы	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
12	Техника метания в цель П/игра: «Салки с мячом»	1	ОРУ. Комплекс упражнений подготовительных упражнений на верхний плечевой пояс. Имитационные упражнения техники метания в цель. Проведение метательных упражнений в цель	<b>Научаться:</b> -выполнять комплекс упражнений разминки; -выполнять технику метательных упражнений в цель; -выполнять технику метания в цель на результат	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

					обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.			
13	<b>Знание о ФК:</b> история развития физической культуры и первых соревнований	1	Рассказать, как появилась физическая культура. Как проходили первые соревнования в др. Греции.	<b>Научаться:</b> -отвечать на вопросы, как появился предмет физическая культура; -различать понятие «физическая культура» -принимать участие в вопросах олимпиады по ФК	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		5-н
14	Бросок малого мяча	1	ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. П/игра «Попади в мяч» «Кто дальше бросит»	<b>Научаться:</b> -выполнять комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых качеств; -проводить разминку на верхний плечевой пояс; -выполнять технику броска мяча на дальность; -организовать п/игру.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
15	Бросок малого мяча	1	ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. П/игра «Попади в мяч» «Кто дальше бросит»	<b>Научаться:</b> -выполнять комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых качеств; -проводить разминку на верхний плечевой пояс; -выполнять технику броска мяча на дальность; -организовать п/игру.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
16	Бег по дистанции в парах. Правила старта и финиширования.	1	ОРУ. Развитие скоростных качеств. Учить технике старта, стартового разгона,	<b>Научаться:</b> -выполнять бег в парах; -выполнять технику	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и		6-н





	«Горелки»			игроками; -запоминать временные отрезки	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
20	Обучение перестроению в две шеренги. Обучение подъему туловища. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 30 сек.	1	Учить выполнять построения; учить правильно выполнять подъем туловища	<b>Научаться:</b> -выполнять подъем туловища за определенный промежуток времени; -выполнять организующие строевые команды и приемы	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
21	Обучение упражнению «вис на гимнастической стенке на время» Разучивание игры «Совушка»	1	Учить выполнять прямой хват при выполнении вис; познакомиться с правилами подвижной игры «Совушка»	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения для развития силы; организовывать и проводить подвижные игры; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
22	Прыжки и их разновидность. Подвижная игра «Попрыгунчики»	1	Учить способам прыжка на одной ноге, в длину, в высоту, с места; Разучить правила игры «Попрыгунчики»	<b>Научаться:</b> -выполнять строевые упражнения; -выполнять различные виды прыжков; -активно включаться в коллективную деятельность; -организовывать и проводить подвижную игру «Попрыгунчики»	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> активно включаются в коллективную деятельность, взаимодействуют со сверстниками в достижении общей цели.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		8-н

23	Утренняя зарядка и её значение для организма. Упражнения утренней зарядки	1	Раскрыть понятие утренней зарядки; раскрыть её положительные стороны влияния на организм; разучить упражнения утренней зарядки	<p><b>Научаться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-раскрывать значение утренней зарядки, её положительной влияние на организм человека;</li> <li>-называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений;</li> <li>-называть упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки;</li> <li>-выполнять упражнения зарядки</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
24	Режим дня школьника. Обучение способам отжимания от пола. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	1	Определить понятие режим дня; научить составлять план режима дня школьника; обучить способам выполнения подготовительных и основных упражнений - отжим от пола; разучить правила игры «Охотники и зайцы»	<p><b>Научаться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-использовать понятие «режим дня» в составлении плана основных дел на день;</li> <li>-определять главное и второстепенное среди режимных моментов дня;</li> <li>-знать и выполнять подготовительные упражнения - отжим от пола;</li> <li>-владеть техникой выполнения отжим от пола;</li> <li>-организовывать и проводить игру «Охотник и зайцы» по правилам</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
25	Физкультминутка, её значение в жизни человека. Маршировка под сопровождение стихов, речёвки.	1	Раскрыть значение физкультминутки через её проведение после физической нагрузки; отработать технику шага под сопровождения слова; разучить упражнения в	<p><b>Научаться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ориентироваться в понятии «физкультминутка»;</li> <li>-выполнять строевой</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие</p>		9-н

	Упражнения в паре с обручем.		паре	шаг под стихотворение; -знать строевую речёвку или стих; -проводить упражнения в парах	соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> владеют способами взаимодействия с окружающими людьми			
26	Обучение прыжкам со скакалкой. Разучивание игры «Солнышко»	1	Учить выполнять прыжки через скакалку; соблюдать правила техники безопасности; Разучить правила игры «Солнышко»	<b>Научаться:</b> -выполнять прыжки со скакалкой; -соблюдать правила безопасности; -приземляться, смягчая прыжок -умеют проводить игру «Солнышко»	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
27	Разучивание новых эстафет с обручем и скакалкой. Совершенствование кувырков вперед	1	Учить выполнять командные действия в эстафете; совершенствовать кувырки вперед	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения с предметами; -выполнять правила старта и финиширования в эстафете; -выполнять технику кувырка вперед в сочетании с элементами эстафет	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство.		

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>1 КЛАСС      П ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Гимнастика с основами акробатики - 16ч (2к)</b>				<b>Знания о ФК – 1ч</b>				
28	Техника безопасности на уроках гимнастики. Техника лазанья по гимнастической стенке. Обучение упражнениям на формирование осанки	1	ОРУ. Обучить приемам лазанья; формировать знания по укреплению осанки с помощью упражнений	<b>Научаться:</b> -знать и соблюдать правила техники безопасности -выполнять технику приемов лазания по гимнастической стенке; -выполнять упражнения на осанку	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;		10-н
29	Обучение правилам лазания по наклонной лестнице, скамейке. Подвижная игра на внимание «Класс, смирно!»	1	ОРУ. Учить выполнять лазанье разными способами	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения на ловкость и координацию движений; -выполнять игровые упражнения по команде учителя;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
30	Техника упражнений акробатики: наклон вперед из положения сидя на полу, «мост», полушпагат.	1	ОРУ. Учить технике акробатики: «мост», полушпагат, наклон вперед	<b>Научаться:</b> -выполнять технику акробатических упражнений; -выполнять упражнения на гибкость и координацию	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование		11-н

						личностного смысла учения		
31	Техника упражнений акробатики: наклон вперед из положения сед на полу, «мост», полушпагат.	1	ОРУ. Учить технике акробатики: «мост», полушпагат, наклон вперед	<b>Научаться:</b> -выполнять технику акробатических упражнений; -выполнять упражнения на гибкость и координацию	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
32	Техника «стойка на лопатках», «мост», «лодочка», «рыбка» Обучение прохождения полосы препятствий	1	ОРУ. Развивать двигательные качества «стойка на лопатках», «мост», «лодочка», «рыбка» во время прохождения полосы препятствий	<b>Научаться:</b> -самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений акробатики; -соблюдать правила безопасности	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
33	<b>Знания о ФК:</b> Как возникли физические упражнения.	1	Связь ФУ с жизненно важными способами передвижения древнего человека. Значение физической подготовленности для жизнедеятельности древнего человека	<b>Научаться:</b> -раскрывать понятие физические упражнения; -характеризовать основные виды ФУ; -раскрывать положительное влияние ФУ на организм человека; -объяснять значение ходьбы, бега, прыжков и лазанья в жизнедеятельности древнего человека.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
34	Обучение способам перестроения: смыкание и размыкание. Техника кувырка вперед.	1	ОРУ. Формировать способы построения и перестроения из одной колонны в четыре; развивать внимание;	<b>Научаться:</b> -знать понятие кувырок вперед и технику его выполнения;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение		12-н

	Подвижная игра: «Лиса и куры»		формировать технику кувырка вперед	-выполнять упражнения ни гибкость и равновесие; -выполнять способы перестроения из одной колонны в четыре; -играть в п/и «Лиса и куры» по правилам	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
35	Обучение лазанию по канату Совершенствование упражнений с гимнастическими палками. П/игра «Ноги на весу»	1	ОРУ. Учить лазанию по канату, соблюдая технику безопасности	<b>Научаться:</b> -выполнять технику лазания по канату; -выполнять комплексы упражнений с гимнастическими палками; -знать правила игры «Ноги на весу»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
36	Обучение вращению обруча и упражнениям разминки с обручами.	1	ОРУ. Учить технике вращения обруча; совершенствовать умение выполнять упражнения круговой тренировки	<b>Научаться:</b> -вращать обруч разными способами; -распределять свои силы во время выполнения круговой тренировки	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		13- н
37	Развитие выносливости в круговой тренировке	1	ОРУ. Учить технике вращения обруча; совершенствовать умение выполнять упражнения круговой тренировки	<b>Научаться:</b> -вращать обруч разными способами; -распределять свои силы во время выполнения круговой тренировки	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

					<b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
38	Развитие ловкости и координации в упражнениях полосы препятствий. Совершенствование безопасного выполнения акробатических упражнений (кувырки, «мост»)	1	Учить выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; совершенствовать лазанье, перелазание по гимнастической стенке	<b>Научаться:</b> -самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений; -выполнять упражнения с использованием гимнастических снарядов, инвентаря	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
39	Тестирование техники акробатических элементов: кувырок вперед, положение «мост». Разучивание игры «День и ночь»	1(к)	Тестирование физических качеств: гибкости и ловкости в выполнении двигательных действий: кувырок вперед и положение «мост» Разучить правила игры «День и ночь»	<b>Научаться:</b> -выполнять технику группировки и перекатов в круговой тренировке по парам; -знать и совершенствовать технику кувырка вперед; -организовывать и проводить п/игру по правилам	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
40	Режим дня школьника. Игровые упражнения на внимание: «Запрещенное движение» «Два Мороза»	1	Формировать понятие режим дня и составить его в классе; Развивать внимание через специальные упражнения и п/и «Два мороза»	<b>Научаться:</b> -составлять режим дня школьника; -выполнять упражнения и п/и на развитие внимания	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		14-н
41	Обучение упражнениям	1	Учить выполнять	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> самостоятельно	<b>Личностные:</b>		



	на гимнастической скамейке. Совершенствование лазанья и перелазания по гимнастической стенке. Разучивание игры «Бездомный заяц»		упражнения, используя гимнастические снаряды	-выполнять упражнения на скамейке; -регулировать физическую нагрузку во время занятий физической культурой; -взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
42	Осанка и её значение для здоровья человека. Комплекс упражнений «Ровная спина» П/и: «Аист»	1	Учить выполнять упражнения с гимнастической палкой или скакалкой; Совершенствовать равновесие на одной ноге через п/и «Аист»	<b>Научаться:</b> -знают понятие осанка, как формировать её в условиях дома; -знают комплексы упражнений с предметами на укрепление осанки; -организуют подвижную игру по правилам;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
43	Обучение парным упражнениям. Тестирование техники акробатических элементов равновесия: «ласточка», «мост», «березка»	1(к)	Учить выполнять парным упражнениям;  Контрольные тесты по технике двигательных действий: «ласточка», «мост», «березка» Развивать ловкость, силу через п/игру	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения в парах; -выполнять технику акробатических элементов равновесия: «ласточка», «мост», «березка» -проводить п/и «Заяц без логова»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		15- н
44	Развитие двигательных качеств в эстафете «Веселые старты»	1	Закреплять навыки выполнения основных видов движений; выполнять командные действия; соблюдать правила безопасности	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила взаимодействия с игроками; -соблюдать правила поведения и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в		



			<p>игре: слуховое восприятие и внимание, быстроту и ловкость, меткость в цель</p>	<p>соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;</p>	<p>соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
48	<p>Организация и проведение п/игры на оценку</p>	1(к)	<p>Определить организаторские способности проведения п/игр и знание правил п/игры на оценку по выбору обучающихся.</p>	<p><b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность; -применяют лидерские качества личности в проведении и участии в игре</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>		



					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.			
52	Обучение технике подъема и спуска под уклон.	1	Подвижная игра «Кто быстрее нарисует на лыжах солнце».	<b>Научаться:</b> -преодолевать подъем; -выполнять ступающий шаг «ёлочкой»; -выполнять технику спуска в стойке	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
53	<b>Способы ФД:</b> <i>Личная гигиена человека. Разучивание игр «Запрещенное движение», «Два мороза»</i>	1	Учить выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности; Рассказать о правилах личной гигиены человека	<b>Научаться:</b> -соблюдать личную гигиену по правилам; -рассказывать о личной гигиене, её основных процедурах и значения для здоровья человека -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
54	Обучение технике передвижение ступающим шагом, длительное скольжение на одной лыже.	1	Передвижение скользящим шагом под пологий уклон. Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку», «Самокат»	<b>Научаться:</b> -выполнять способы передвижения ступающим шагом; -выполнять технику длительного скольжения на одной	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,		

				лыжне; -организовать п/игру на снегу	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
55	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Торможение в полуприседе.	1	То же под пологий уклон с широкими размахиваниями руками, То же с палками держа их за середину Игра «Кто быстрее!»	<b>Научаться:</b> -выполнять технику стойки в равновесии; -выполнять технику дыхания по дистанции; -выполнять технику торможения до полной остановки в приседе; -организовать п/игру «Кто быстрее!»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		19-н
56	Передвижение скользящим шагом без палок-30 м.	1	Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню	<b>Научаться:</b> -выполнять технику переступания вокруг пяток; -выполнять технику скользящего шага с палками по кругу	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
57	<b>Способы ФД:</b> Организация и проведение утренней зарядки и п/игры на снегу	1	Рассказать о правилах проведения утренней зарядки и её значение для здоровья человека	<b>Научаться:</b> -планировать режим дня и утреннюю зарядку;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли		

	«Самокат»		Учить выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности;	-рассказывать о значении зарядки для здоровья человека -организовывать и проводить подвижные игры;	<b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
58	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.	1	Подъем ступаящим шагом, спуск в основной стойке. Передвижение скользящим шагом	<b>Научаться:</b> -выполнять технику стойку на лыжах; -демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику скользящего шага	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		20-н
59	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.	1	Подъем ступаящим шагом, спуск в основной стойке. Передвижение скользящим шагом	<b>Научаться:</b> -выполнять технику стойку на лыжах; -демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику скользящего шага	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
60	Спуск в основной стойке. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом с палками.	1	Отработка техники стойки на лыжах. Развитие выносливости в прохождении дистанции 1000 м в равномерном темпе. Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?».	<b>Научаться:</b> -соблюдать интервал движения и правила обгона по дистанции; -совершенствовать технику стойки и скольжения по дистанции; Совершенствовать технику торможения в полуприседе;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

					решению в совместной деятельности.			
61	Передвижение ступающим шагом в шеренге.	1	Отработка техники стойки на лыжах; Учить сохранять интервал между другими обучающимися во время выполнения ступающего шага в шеренге; Учить технике перемах на месте	<b>Научаться:</b> -выполнять стойку на лыжах; Сохранять равновесие во время ступающего шага; -сохранять интервал во время передвижения на лыжах; -выполнять технику перемах на месте	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		21-н
62	Ступающий шаг. Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок.	1	Отработка техника ступающего шага; Отработка техники скользящего шага без палок на дистанции 30 м. Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок.	<b>Научаться:</b> -выполнять технику ступающего шага; Выполнять технику ступающего шага; -демонстрировать технику старта и финиширования на дистанции 30 м -демонстрировать технику передачи эстафеты на лыжах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
63	Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок.	1	Упражнение: поднятие согнутой ноги, удерживая лыжу горизонтально над лыжней; прыжки на месте; приставные шаги в сторону. Игра «Чей веер лучше», Игра «Кто быстрее»	<b>Научаться:</b> -выполнять равновесия на одной лыже; -выполняют прыжки на двух лыжах; -выполняют перемещения на лыжах приставным шагом; -организуют проведение игры на лыжах	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
64	<b>Физкульт-оздоров. деятельность:</b> <i>Проведение комплекса физических упражнений утренней зарядки</i>	1	Упражнения утренней зарядки выполняются в определенной последовательности: на подтягивание, для усиления дыхания, для мышц рук, туловища, спины, живота,	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику выполнения упражнений утренней зарядки, определять направленность их воздействия.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и		22-н



			ног.	Выполнять комплексы утренней зарядки № 1, 2, 3	выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	формирование личностного смысла учения		
65	Передвижение ступающим шагом с широкими размахиваниями руками.	1	Передвижение скользящим шагом под пологий уклон. Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку».	<b>Научаться:</b> -проводить комплекс утренней зарядки; -демонстрировать технику ступающего шага с широким размахиванием рук;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
66	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок.	1	Скользящим шагом 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?»	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс утренней зарядки; -выполняют технику стойки на лыжах; -выполняют технику скользящего шага без палок; -организуют проведение п/игры на снегу, соблюдая правила игры	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
67	Передвижение скользящим шагом без палок - 30 м.	1	Проведение комплекса разминки на верхний плечевой пояс и спину. Поворот переступанием вокруг пяток лыж.	<b>Научаться:</b> -организовывать проведение разминки с классом; -выполнять технику передвижения на лыжах скользящим шагом;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство		23-н

				-выполнять технику торможения полу приседом до полной остановки	воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	в достижении поставленных целей.		
68	Контрольное выполнение техники передвижения на лыжах	1(к)	Выполнение техники передвижения на лыжах на оценку: -техника передвижения скользящим шагом; -техника поворотов на месте способом переступания.	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом; -демонстрируют технику поворотов на месте способом переступания на месте; -адекватно воспринимают оценку учителя	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

### 1 КЛАСС III ЧЕТВЕРТЬ

#### Подвижные игры с основами спорт игр волейбол: 10 ч (1к)

69	Техника безопасности на уроках п/игр с основами сп/игр волейбол. Передача и ловля мяча в парах. П/и: «Наперегонки с мячом!»	1	Прослушивают инструктаж ТБ по спортивным играм в сп/зале. Проводят комплекс разминки. Знакомятся с новой игрой – волейбол. Выполняют упражнения передачи и ловля мяча в парах. Организуют п/игру «Наперегонки с мячом!»	<b>Научаться:</b> -знают и соблюдают инструктаж ТБ по спорт/играм. Знают и проводят комплексы упражнений разминки. Знают, что такое игра в волейбол. Выполняют упражнения с мячом.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
70	Обучение технике передачи мяча от плеча и ловле мяча в парах. П/и «Займи быстрой место!»	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с мячами. Овладевают стойкой игрока. Выполняют технику передачи мяча в парах	<b>Научаться:</b> -проводят комплексы упражнений разминки. -демонстрируют стойку игрока в игре с мячом; -выполняют технику игры от плеча одной	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство		24-н

				рукой и ловлю мяча.	выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	в достижении поставленных целей.		
71	Обучение технике передачи ловли мяча через сетку. Правила игры у сетки. П/и: «Передачи в кругу!»	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Овладевают стойкой игрока. Выполняют технику передачи мяча в парах через сетку.	<b>Научаться:</b> проводят комплексы упражнений разминки. -демонстрируют стойку игрока в игре с мячом; -выполняют технику игры от плеча одной рукой и ловлю мяча через сетку.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
72	Владение мячом одной рукой от плеча у в/сетки в парах. Расстановка игроков на площадке. П/и: «Ловля мяча после ускорения»	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Организуют п/игру с мячом.	<b>Научаться:</b> -проводят утреннюю разминку с мячом; -выполняют расстановку и переход по площадке; -выполняют бросок и ловлю мяча через сетку.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
73	Техника подачи одной рукой от плеча через сетку в стойке игрока.	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Выполняют стойку игрока при подаче. Выполняют технику подачи одной рукой. Организуют п/игру с мячом.	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с мячами; -выполняют переход на площадке; -выполняют стойку и подачу в игре; -выполняют броски и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		25-н
74	Правила перехода по площадке.	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач;	<b>Личностные:</b> ориентируются на		

	Игра у сетки в прыжке.		в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Выполняют стойку игрока при подаче. Выполняют технику подачи одной рукой. Организуют п/игру с мячом.	мячами; -выполняют переход на площадке; -выполняют стойку и подачу в игре; -выполняют броски и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;	самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
75	Круговая разминка с мячами. Передачи мяча от груди, из-за головы. Игра у сетки. П/и: «Вышибалы малыми мячами!»	1	Проводят разминку по кругу с мячами в парах; Отрабатывают технику владения мячом в парах от груди, из-за головы; Организуют игру между собой.	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с мячами; -выполняют переход на площадке; -выполняют стойку и подачу в игре; -выполняют бросок и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
76	Строевые команды в строю. Ловля мяча после подачи.	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Выполняют стойку игрока при подаче. Выполняют технику подачи одной рукой. Организуют п/игру с мячом.	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с мячами; -выполняют переход на площадке; -выполняют стойку и подачу в игре; -выполняют броски и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		26-н
77	Правила трех шагов у сетки. П/и: «Осада города»	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход.	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с мячами; -выполняют переход на площадке; -выполняют стойку и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных		

			<p>Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Выполняют стойку игрока при подаче. Выполняют технику подачи одной рукой. Организуют п/игру с мячом.</p>	<p>подачу в игре; -выполняют броски и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;</p>	<p>в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>нестандартных ситуациях</p>		
78	<p>Выполнение техники контрольных упражнений в игре волейбол.</p>	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Выполняют технику подачи и ловли мяча в стойке игрока; Выполняют технику игры у сетки: три шага – бросок через сетку</p>	<p><b>Научаться:</b> -организуют проведение разминки с мячом; -демонстрируют технику стойки подачи в игре волейбол (бросок мяча одной рукой из-за плеча);</p>	<p><b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>1 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Подвижные игры с основами спорт/и футбол: 8 часов</b>								
<b>Способы ФД – 1 ч Физкут-оздоровит. деятельность - 1 (к)</b>								
79	Т.Б. на уроках п/игр. Спорт. форма и обувь ДД. Освоение координационных способностей в п/игре: «Стань правильно!» «Быстро по местам!» «Охотники и утки!»	1	Прослушивают инструктаж ТБ по спортивным играм в сп/зале. Проводят комплекс разминки. Знакомятся с новой игрой – футбол. Выполняют упражнения передачи и ловля мяча в парах. Организуют п/игру.	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		27-н
80	Техника способов перемещения по площадке в игре футбол.	1	Организуют проведение разминки на гибкость и быстроту. Отрабатывают технику стойки и перемещения игрока по площадке. Отрабатывают технику остановки и удара по мячу «щечкой». Получают знания о разметке игрового поля и ворот.	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
81	Техника удара по неподвижному мячу с места в игре футбол.	1	Организуют проведение разминки на гибкость и быстроту. Отрабатывают технику стойки и перемещения игрока по площадке. Отрабатывают технику остановки и удара по мячу «щечкой».	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию;	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

			Получают знания о разметке игрового поля и ворот.	-демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
82	<b>Способы ФД:</b> <i>Организация и проведение п/игры на быстроту с мячом «Передача мячей по кругу» «Вызов номеров»</i>	1	Организируют разминку с классом. Рассказывает о правилах игры. Проводит п/игру по правилам. Подводит итоги игры, объявляет лучших игроков.	<b>Научаться:</b> -знают правила п/игр на развитие физических и двигательных качеств и проводят игры среди сверстников	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		28-н
83	Техника стойки и перемещения игрока по площадке. Техника удара внутренней стороной стопы «щечкой» с одного и двух шагов разбега в игре футбол.	1	Проведение комплекса упражнений разминки на игровой площадке в игре футбол. Выполнение спецбеговых упражнений на перемещение игрока в игре. Отработка техники двигательного действия в игре футбол: Удар по мячу внутренней стороной стопы с места и с разбега по воротам и в передачах друг другу.	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
84	Техника удара внутренней стороной стопы «щечкой» с одного и двух шагов разбега в игре футбол.	1	Проведение комплекса упражнений разминки на игровой площадке в игре футбол. Выполнение спецбеговых упражнений на перемещение игрока в игре. Отработка техники двигательного действия	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

			в игре футбол: Удар по мячу внутренней стороной стопы с места и с разбега по воротам и в передачах друг другу.	и способы передач в игре футбол.	вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
85	<b>Физкульт-оздор. деятельность:</b> <i>Проведение п/игры на развитие координации движений и внимания («Смена мест» «Салки-догонялки» «Антивышибалы» «Перехвати мяч»)</i>	1(к)	Организуют разминку с классом. Рассказывает о правилах игры. Проводит п/игру по правилам. Подводит итоги игры, объявляет лучших игроков.	<b>Научаться:</b> -знают правила п/игр на развитие физических и двигательных качеств и проводят игры среди сверстников	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		29-н
86	Техника передачи и остановки мяча в парах (тройках) с места и в движении. Техника удара по воротам.	1	Проведение комплекса упражнений разминки с мячом. Отработка техники стойки и перемещения в игре футбол. Отработка техники остановки мяча (прижатием стопы мяча), удар по мячу.	-соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
87	Техника передачи и остановки мяча в парах (тройках) с места и в движении. Техника удара по воротам.	1	Проведение комплекса упражнений разминки с мячом. Отработка техники стойки и перемещения в игре футбол. Отработка техники остановки мяча (прижатием стопы мяча), удар по мячу.	-соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		



					решению в совместной деятельности.			
88	Техника выполнения контрольных упражнений в игре футбол: техника передачи и удара мяча по воротам.	1(к)	Знают технику стойки и перемещения в игре футбол. Знают разметку игрового поля и ворот. Знают понятие штрафного удара и свободный удар. Демонстрируют технику игры в футбол. Адекватно воспринимают оценку учителя; знают параметры оценки.	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		30-н

**1 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ**  
**Легкая атлетика - 11ч (2к)**

89	Т.Б. на уроках л/атлетики. Техника старта и стартового разгона. Разучивание п/игры «Пустое место»	1	Провести инструктаж техники безопасности на уроках л/атлетики; Обучить технике старта и стартового разгона в парах; Разучить правила п/игры «Пустое место»	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила техники безопасности на уроках л/атлетики; -выполнять по команде технику старта и стартового разгона по дистанции на 10 м; -соблюдать правила п/игры «Пустое место»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
90	Техника старта и бега по прямой. Контроль за развитием двигательных качеств: бег 30 м; прыжок с места, наклон вперед из положения сед, ноги врозь П/и: «Быстро по местам»	1 (к)	Совершенствовать технику бега по прямой; выявить уровень развития гибкости, быстроты и ловкости способом тестирования; Организовать проведение п/игры учащимися	<b>Научаться:</b> -выполнять бег по прямой в парах; -демонстрировать уровень развития гибкости, быстроты и ловкости через выполнение спортивного теста: наклон туловища вперед из положения сед, бег 30 м, прыжок	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				с места; -организовывать и проводить п/игру «Быстро по местам», соблюдая правила				
91	Техника высокого старта. Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек.; вис на согнутых руках на перекладине П/и: «Волк во рву»	1(к)	Совершенствовать технику высокого старта в развитии быстроты и ловкости; определить уровень развития скоростно-силовых способностей способом тестирования: подъем спины за 30 сек; Вис на согнутых руках на время; Разучить правила п/игры «Волк во рву»	<b>Научаться:</b> демонстрировать технику высокого старта в беге по дистанции в парах; демонстрировать скоростно-силовые способности в тесте: подъем спины за 30 сек из положения лежа;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		31-н
92	Совершенствование техники низкого старта. Обучение понятию «стартовое ускорение» П/и: «Салки - догонялки»	1	Совершенствовать технику низкого старта; учить бегу с ускорением	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику метания от плеча; -организовывать и проводить п/игру «День и ночь» по правилам	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
93	Техника метания мяча из-за плеча с места и с разбега в цель и на дальность П/и: «День - ночь»	1	Учить правильной постановке руки при метании мяча в цель и на дальность	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила личной гигиены после физических нагрузок и спортивных занятий; -демонстрировать уровень скоростно-силовых и координационных способностей на дистанции 3×10м	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
94	Техника встречной эстафеты на 30 м.	1	Развивать скоростно-силовые и	<b>Научаться:</b> -демонстрировать	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач	<b>Личностные:</b> проявляют		32-н

	Разучивание п/игры с элементами волейбола		координационные качества на спринтерские дистанции встречной эстафеты; Разучить правила п/игры «Снайпер»	технику прыжка в длину с места; -демонстрировать быстрый бег, ловкость и прыгучесть в эстафете;	<b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
95	Техника прыжка в длину с места. Разучивание прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет!»	1	Развивать прыгучесть, быстроту и ловкость в эстафете; совершенствовать технику прыжка в длину с места и определить уровень физической подготовки;	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику бега на 30м (старт, разгон, финиш); -выполнять упражнения на быстроту и ловкость в прохождении полосы препятствий;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
96	Упражнения на освоения равновесия на месте и в движении. П/и: «Кто быстрее!»	1	Совершенствовать технику равновесия в прохождении полосы препятствий; Развивать быстроту и внимание в п/игре «Кто быстрее!»	<b>Научаться:</b> -демонстрировать равновесие в прохождении полосы препятствий; -выполнять упражнения на быстроту и ловкость; -организовывать и проводить п/игру: Кто быстрее!	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
97	<b>БЕСЕДА: «ПРАВИЛА БЕГА В ПАРАХ ПО ДИСТАНЦИИ»</b> Техника передачи эстафетной палочки в беге на спринтерскую дистанцию.	1	Провести беседу по правилам бега по дистанции; Совершенствовать технику передачи эстафетной палочки во встречном беге; П/игра: «Вороны и	<b>Научаться:</b> -знать правила бега по дистанции в парах; -демонстрировать технику передачи эстафетной палочки; -организовывать и проводить п/игру	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> формулируют	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		33-н

			воробы»		собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности			
98	Быстрота и внимание в беговых упражнениях разминки. Прыжки через скакалку на перегонки.	1	Совершенствовать беговые упражнения в сочетании упражнений на внимание; совершенствовать элементы прыжков через скакалку; Проведение командной игры в футбол	<b>Научаться:</b> -выполнять специальные упражнения на внимание, быстроту, ловкость и прыгучесть; -играть в командные игры футбол	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
99	П/игры на выбор учащимися (футбол, гандбол, вышибалы и др.) Подведение итогов года.	1	Совершенствовать беговые упражнения в сочетании упражнений на внимание; совершенствовать элементы прыжков через скакалку; Проведение командной игры в футбол	<b>Научаться:</b> -выполнять специальные упражнения на внимание, быстроту, ловкость и прыгучесть; -играть в командные игры футбол	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре**  
**адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ОВЗ (ТНР)**  
**на 2023 – 2024 учебный год 2 класс**

№ п/п	Раздел программы	Часы	Класс /четверть				Кол-во контрольных работ
			2 класс (102ч)				
			I	II	III	IV	
<b>1</b>	<b>Знания о физической культуре</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>			-
1.1	Физическая культура		1				
1.2	Из истории физической культуры		1				
1.3	Физические упражнения			1			
<b>2.</b>	<b>Способы физкультурной деятельности</b>	<b>3</b>			<b>2</b>	<b>1</b>	-
2.1	Самостоятельные занятия				1		
2.2	Самостоятельные наблюдения и физическая подготовка				1		
2.3	Физическая подготовка: самостоятельные игры и развлечения					1	
<b>3.</b>	<b>Физическое совершенствование</b>						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	<b>2</b>			1	1	1
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>						
4.1	Гимнастика с основами акробатики	16		16			2
4.2	Легкая атлетика	27	16			11	4
4.3	Лыжные гонки	18			18		1
4.4	Плавание	6			6		-
4.5	Подвижные (спортивные) игры	9	9				
	• п/и разных народов	4		4			1
	• с основами сп/и волейбол	6			6		1
	• с основами сп/и футбол	8				8	1
	Итого:	<b>102</b>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре  
адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ОВЗ (ТНР)**

**на 2023 – 2024 учебный год 2 класс**

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>2 КЛАСС I ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Легкая атлетика - 16ч (2к)</b>				<b>Знания о ФК – 2ч</b>				
1	Т.Б. на уроках л/а. Техника старта и старт. разгона. П/игра: «Космонавты!», «Быстрее станешь!»	1	-повторить правила ТБ на уроках л/а; -обучить технике положения старт; -обучить технике разгона после старта; -организовать п/игру по выбору обучающихся	<b>Научаться:</b> -выполнять и соблюдать ТБ на уроках л/а; -демонстрировать технику положения старт; -демонстрировать технику разгона в парах; -провести п/игру по правилам на уроке и на досуге дня	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют технику старта и разгона по дистанции; объясняют правила п/игры; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Лях В.И. Мой друг – физкультура: Учеб. Для учащихся 1-4 кл. нач. шк./В.И. Лях – 2 изд. – М.: Просвещение, 2014 – 192с.	1-н
2	<b>Знания о ФК:</b> <i>Беседа: «История возникновения физической культуры и первых соревнований».</i>	1	-рассказать об истории физической культуры; -создавать условия для развития физических качеств с помощью упражнений с предметами;	<b>Научаться:</b> -называть характерные признаки соревнований (наличие правил, судьи, следящего за выполнением правил, награждение победителей); -раскрывать назначение первых соревнований у древних людей; -характеризовать роль и значение соревнований в воспитании будущих охотников и воинов.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; кратко характеризуют историю возникновения физической культуры и первых соревнований; объясняют правила проведения весёлых стартов. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> принимают значение физического развития для человека и	<b>Научаться:</b> -знают историю физической культуры; -выполняют упражнения на освоение двигательных и физических качеств; -демонстрируют соревновательную деятельность через форму организации весёлых стартов		

					принимают его; имеют желание учиться.			
3	Техника старта – бег по прямой. П/и: «Пустое место»	1	создать условия для освоения техники старта и бег по прямой; Развивать внимание и технику отталкивания при старте; Осваивать технику специальных двигательных действий (ускорения, прыжки, бег)	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику старта; -выполнять разгон и бег по прямой после старта; -концентрировать внимание на старте; -владеть двигательными качествами по л/а; -организовывать и проводить п/игру среди сверстников	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль.		
4	Техника старта и ускорения на 20 и 30м. Правила бега в парах по дистанции.	1	-учить технике старта и технике ускорения на короткие дистанции до 20 и 30м; -определить уровень быстроты в беге на 30м с учетом времени; -совершенствовать физические и двигательные качества; -осваивать правила бега по дистанции	<b>Научаться:</b> -выполнять технику старта в беге; -демонстрировать технику разгона на короткие дистанции до 30м; -проявлять быстроту, ловкость, точность движений в спецбеговых упражнениях; -соблюдать и выполнять правила бега по дистанции	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми; самоанализ и самоконтроль результатов спортивных показателей		2-н
5	Техника бега на 300 м. Правила старта и финиширования.	1	-учить технике бега на 300 м; -провести диалог о правилах бега по дистанции; -определить уровень развития выносливости на время в беге на 300м; -развивать специальную выносливость на средние дистанции; -развивать дыхательную систему организма детей	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику старта; -выполнять двигательные действия по сигналу; -соблюдать правила бега по дистанции; -осваивать технику дыхания по дистанции; -определять уровень	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. Ориентируются на понимание причин успеха в учебной		

				своей физической подготовки через полученный результат; -знать нормативные показатели физической подготовки данного возраста	воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
6	Тестирование общей физической подготовки: бег 300 м.	1(к)	-проведение комплекса упражнений разминки; -проведение спецбеговых упражнений разминки; -определить высокий, средний, низкий показатели по тестированию в беге 300 м	<b>Научаться:</b> --проводить комплекс упражнений разминки; -организовать проведение спецбеговых упражнений разминки на гибкость и скорость; -демонстрировать скоростные и силовые качества в беге на 300 м.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; кратко характеризуют историю возникновения физической культуры и первых соревнований; объясняют правила проведения весёлых стартов. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> принимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.		
7	Техника шага, бега, прыжка. Освоение частоты бега через препятствия с изменением скорости движения	1	-обучить технике частоты шага, бега, прыжка с помощью предмета; -совершенствовать технику отталкивания и приземления на одну ногу; -организовать п/игру на прыгучесть;	<b>Научаться:</b> -показывать технику отталкивания и приземления с одной ноги на другую, не касаясь предметов в равновесии; -демонстрировать скорость перемещения через предметы; -преодолевать препятствия различного уровня (простой/ сложный); -организовать п/игру на прыгучесть	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		3-н
8	Техника челночного бега 3×10 м с кубиками.	1	-освоить технику бега с изменением направления	<b>Научаться:</b> -демонстрировать	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную	<b>Личностные:</b> ориентируются на		



	П/игра: «Займи пустое место!»		<p>движения с кубиками;</p> <p>-выполнить челночный бег с учетом времени;</p> <p>-определить уровень развития координации движений и быстроты;</p> <p>-разучить п/игру на развитие быстроты;</p>	<p>технику челночного бега на высокой скорости;</p> <p>-определять уровень физической подготовки через нормативные показатели по возрасту;</p> <p>-организовывать п/игру на развитие быстроты</p>	<p>задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>понимание причин успеха в учебной деятельности;</p> <p>самоанализ и самоконтроль результата</p>		
9	Техника метания малого мяча способом «из – за плеча» правой левой, рукой.	1	<p>-обучить технике метания мяча в цель и на дальность способом «из-за плеча» правой, левой рукой;</p> <p>-освоить технику стойки метания малого мяча;</p> <p>Выполнить комплекс упражнений на плечевой пояс;</p> <p>-организовать п/игры «Вышибалы»</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-демонстрировать технику метания на дальность и в цель;</p> <p>-выполнять технику стойки метателя;</p> <p>-знают правила п/игры «Вышибалы»;</p> <p>-проводят п/игру среди сверстников, соблюдают правила игры</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		4-н
10	Техника метания малого мяча способом «из – за плеча» правой левой, рукой.	1	<p>-обучить технике метания мяча в цель и на дальность способом «из-за плеча» правой, левой рукой;</p> <p>-освоить технику стойки метания малого мяча;</p> <p>Выполнить комплекс упражнений на плечевой пояс;</p> <p>-организовать п/игры «Вышибалы»</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-демонстрировать технику метания на дальность и в цель;</p> <p>-выполнять технику стойки метателя;</p> <p>-знают правила п/игры «Вышибалы»;</p> <p>-проводят п/игру среди сверстников, соблюдают правила игры</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
11	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с прямого разбега	1	<p>-выполнение прыжков: на месте (на одной, на двух, с поворотами вправо, влево); с продвижением вперед и назад (толчком одной, двумя);</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-выполнять беговые упражнения в игровой и соревновательной деятельности;</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в</p>		

			левым, правым боком (толчком двумя;) в длину и в высоту с места (толчком двумя)	-демонстрировать технику прыжковых упражнений в стандартных условиях	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	различных нестандартных ситуациях. Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
12	Техника передачи эстафетной палочки во встречной эстафете: 4 по 30 м. Освоение правила бега в парах по дистанции.	1	-объяснить и показать технику встречной эстафеты; -разучить технику имитации передачи эстафеты; -совершенствовать технику передачи эстафеты в медленном (быстром) темпе движения; -выполнять эстафетный бег в соревновательной форме в парах	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику встречной эстафеты; соблюдать правила бега по дистанции в парах; -организовать п/игру на внимание	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		5-н
13	Эстафетный бег в парах	1	-объяснить и показать технику встречной эстафеты; -разучить технику имитации передачи эстафеты; -совершенствовать технику передачи эстафеты в медленном (быстром) темпе движения; -выполнять эстафетный бег в соревновательной форме в парах	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику встречной эстафеты; соблюдать правила бега по дистанции в парах; -организовать п/игру на внимание	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
14	Прыжки и многоскоки на месте и в движении. П/игра: «Сбей кеглю!»	1	-учить технике отталкивания и приземления на месте и в движении на одной ноге и с двух ног; -организовать на п/игру «Сбей кеглю!»	<b>Научаться:</b> -выполняют технику отталкивания и приземления в прыжках с ноги на ногу; с одной ноги на две; с двух ног на одну; с двух ног на две;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и		

				-демонстрируют технику перепрыгивания через препятствия; -проводят п/игру «Сбей кеглю!» для одноклассников	оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	упорство в достижении поставленных целей		
15	Освоение прыжка в длину с места. П/игра: «Перегонки через скакалку!»	1	-разучить комплекс упражнений со скакалкой; -повторить технику прыжка в длину с места; -выполнить замер прыжка и определить уровень прыгучести на оценку; -развивать быстроту по дистанции через скакалку;	<b>Научаться:</b> -проводить комплекс разминки со скакалкой; -выполнять технику прыжка в длину с места; -определять уровень прыгучести в соответствии с ГТО; -демонстрировать физические качества быстроты через прыжки со скакалкой в парах;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
16	Тестирование контрольных упражнений: прыжок в длину с места, бег на 30 м	1(к)	-проведение комплекса упражнений разминки; -проведение спецбеговых упражнений разминки; -выполнить тестирование прыжок с места; Определить высокий, средний, низкий показатели по тестированию 30 м	<b>Научаться:</b> -проводить комплекс упражнений разминки; -организовать проведение спецбеговых упражнений разминки на гибкость и скорость; -демонстрировать скоростно-силовые качества в прыжке с места и в беге на короткие дистанции 30 м	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		6-н
17	<b>Знание о ФК:</b> <i>Беседа: «Роль и значение подвижных игр на уроках ФК! Современные игры с использованием различных по форме мячей»</i>	1	-беседа по теме «Роль и значение п/игр на уроках ФК!»; -как появился мяч в игре у древних народов; -организовать п/игру с мячом на развитие физических и	<b>Научаться:</b> -использовать п/игры на досуге дня; -развивать физические и двигательные качества через п/игры; -спланировать коллектив	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и		

	Организация и проведение игры учащимися.		коммуникативных качеств;	через организацию и проведения п/игр;	завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	упорство в достижении поставленных целей		
18	Техника бега с изменением направления движения. Комбинированная эстафета на 30м.	1	-совершенствовать двигательные качества (бег, повороты, перемещения, перенос предметов) в комбинированной эстафете на 30 м; -развивать быстроту, внимание, ловкость, ориентировку в пространстве;	<b>Научаться:</b> -демонстрировать бег с изменением направления движения («маятник», «змейка», «круговое движение»); -выполнять двигательные действия на быстроту, ловкость, внимание, ориентировку в пространстве в комбинированной эстафете на 30 м;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.		

## 2 КЛАСС I ЧЕТВЕРТЬ

### Подвижные игры: 9 часов

19	Т.Б. на уроках п/игр. Развитие ловкости в игре: «Стань правильно!» «Быстро по местам!»	1	-определить правила поведения техники безопасности; -организовать на выполнение разминки, обучающихся в самостоятельной форме на гибкость; -развивать быстроту и внимание, ориентировку в пространстве на п/играх;	<b>Научаться:</b> -выполнять и соблюдать правила техники безопасности на уроках п/игр; -проводить упражнения разминки на гибкость самостоятельно; -демонстрировать физические качества: быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве в п/игре;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		7-н
20	Развитие ловкости, быстроты реакции в игре: «Кто идет!» «Дети и медведи!» «Вызов номеров!»	1	-разучить правила п/игры; -развивать технику отталкивания и разгона; ловкость и быстроту реакции, внимание и память; -организовать обучающихся на самостоятельную	<b>Научаться:</b> -проводить п/игру по правилам; -проявлять диалоговое общение м/у собой в игровой деятельности; -демонстрировать	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных		

			деятельность в упражнениях разминки и п/игре;	физические качества: быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве, быстрота реакции;	<b>Коммуникативные:</b> активно включаются в коллективную деятельность, взаимодействуют со сверстниками в достижении общей цели.	целей.		
21	П/игры с предметами на моторику кистей, скорость, ориентации в пространстве: «Через ручеёк!» «Лови – не лови!» «Кто быстрее!»	1	-разучить комплекс упражнений на мелкую моторику; -развивать мышцы кистей рук через спец. упражнения и п/игры; -совершенствовать технику ловли мяча; -совершенствовать технику бега;	<b>Научаться:</b> -проводить и выполнять комплекс упражнений на мелкую моторику с предметами (обруч, г/палка, скакалка); -выполнять двигательные действия на мелкую моторику (взять предмет; перепрыгнуть через предмет; поймать - передать предмет и т.д.); -демонстрировать бег на перегонки в парах;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
22	Развитие скоростных и координационных способностей в п/игре: «Кошки – мышки!» «Перехвати мяч!»	1	-совершенствовать физические качества в игровой деятельности: быстрота, ловкость; -развивать технику бега с изменением направления движения; -развивать внимание и скорость реакции в ловле и перехвате мяча;	<b>Научаться:</b> -выполнять технику приемов игры в футбол; -демонстрировать быстрый бег в различном направлении; -выполнять приемы игры с ф/мячом на быстроту и ловкость в парах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность. Трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		8-н
23	Координация движений, быстрота и соперничество в игровых упражнениях с футбольным мячом.	1	-обучить технике ведения и остановки мяча; -совершенствовать технику бега в различном направлении; -развивать физические	<b>Научаться:</b> -проводить п/игру со словами; -демонстрировать двигательные действия с этапами (ускорение,	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие		

			качества быстроты и координации в игровых упражнениях с ф/мячом;	перенос предметов, бег по кругу); -выполнять быстрый бег в парах	условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> владеют способами взаимодействия с окружающими людьми			
24	Освоение ловли и передачи мяча в п/игре: «Мяч среднему! Гонка мячей!»	1	-учить технике ловли и передачи мяча в парах через комплекс упражнений; -развивать технику передачи мяча из рук в руки; -совершенствовать технику бега;	<b>Научаться:</b> -выполнять технику ловли и передачи мяча в п/играх; -проводить п/игру на досуге дня; -выполнять различные способы передач мяча в п/игре; -демонстрировать технику бега	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
25	Развитие быстроты и ориентировки в игре: «Салки с мячом» «Бег по кругу с перемещением мест!»	1	-развивать технику бега с изменением направления движения; -совершенствовать технику ловли и передачи мяча; -организовать проведение п/игры по выбору обучающихся	<b>Научаться:</b> -выполнять технику бега в разминке и в п/играх; -владеть мячом в п/игре (ловля-передача); -проводить п/игру между собой на перемещение в пространстве	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		9-н
26	Силовая скорость и координация движений в п/игре: «Переправа! Вытяни из круга! Охотники и утки!»	1	-разучить правила п/игры; -совершенствовать технику бега; -совершенствовать технику броска мяча одной рукой; -развивать быстроту реакции в п/и «Охотники и утки»	<b>Научаться:</b> -знать правила игры и организовывать игру; -демонстрировать технику быстроты и реакцию движений в п/игре; -владеть техникой броска мяча одной рукой от плеча в п/игре	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

27	<p>Быстрота и ловкость в игре: «Смена мест! У медведя во бору! Точно в мишень!»</p>	1	<p>-обучить технике беговых упражнений; -развивать технику метания мяча в цель; -развивать быстроту и ловкость в п/и</p>	<p><b>Научаться:</b> -выполнять беговые упражнения на развитие быстроты и ловкости в парах; -демонстрировать технику метания в цель из положения стоя; -проявлять физические качества в п/играх</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, контролируют действия партнера.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство.</p>		
----	---	---	--	---	---	--	--	--

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>2 КЛАСС П ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Гимнастика с основами акробатики - 16ч (2к)</b>				<b>Знания о ФК – 1ч</b>				
28	Т.Б. на уроках гимнастики. Техника равновесия: «ласточка», «аист», «корзиночка», «велосипед», «ножницы» и др. П/и: «Найди пару!»	1	-провести беседу о ТБ на уроках гимнастики; -разучить комплекс упражнений на гибкость; -обучить технике положения «ласточка», «аист», «корзиночка», «велосипед», «ножницы»; -организовать п/и «Найди пару!»	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила ТБ на уроках гимнастики; -выполнять в самостоятельной форме комплекс упражнений на гибкость; -демонстрировать технику положения «ласточка», «аист», «корзиночка», «велосипед», «ножницы»; -организовать проведение п/и соблюдая правила	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		10-н
29	Строевые действия в шеренге и колонне. Фигурная маршировка (по диагонали, змейкой, по кругу, противходом). П/и: «Перемена мест» «Быстрые движения!»	1	-разучить приемы построения в шеренгу и колонну; -разучить приемы перестроения в 1, 2 шеренги; -учить фигурной маршировке по залу; -организовать обучающихся на п/и по выбору	<b>Научаться:</b> -выполняют способы построения в шеренгу и колонну; -выполняют приемы перестроения в 1, в 2 шеренги; -демонстрируют технику маршировки; -проводят п/и по правилам игры	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
30	<i>Беседа: «Что такое закаливание. Как закалить свой организм!»</i> Способы передвижения по гимнастической стенке (верх, вниз, в сторону, по диагонали, спиной к	1	-беседа о закаливании и почему важно закаливаться; -разучить способы лазания по гимнастической стенке верх, вниз, в сторону, по диагонали, спиной к опоре; -организовать проведение п/и;	<b>Научаться:</b> -укреплять свой организм с помощью закаливания, соблюдая этапы; -демонстрировать технику лазания по гимнастической стенке;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных		



	опоре). П/и: «Отгадай, чей голос!» «Что изменилось!»			-проводить п/и среди своих сверстников, соблюдая правила игры	способа решения <b>Коммуникативные:</b> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	ситуациях		
31	Тестирование контрольных упражнений: наклон туловища вперед из положения сед ноги врозь, прыжки через скакалку за 1 мин.	1 (к)	-выявить показатели уровня физической подготовки на гибкость и скоростную выносливость по предмету гимнастика	<b>Научаться:</b> -организовывать специальную разминку на гибкость и прыгучесть; -организовывать проведение тестирования по гимнастике; -знать свой уровень физической подготовки -адекватно воспринимать оценку учителя;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		11-н
32	Комплекс ФУ на стопу с предметами (карандаш + бумага А-4). П/и: «Уточка!» «Шишки, желуды, орехи!»	1	-учить комплексу упражнений на стопы с предметами; -развивать равновесие и устойчивое внимание; -провести п/игру на прыгучесть	<b>Научаться:</b> -знать, какую обувь выбирать для предупреждения плоскостопия; -выполнять комплекс упражнений с предметами на стопы ног; -демонстрировать технику равновесия в упражнениях на стопы; -организовать п/игру на прыгучесть и быстроту	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
33	Техника висов на низкой перекладине. Подводящие упражнения на овладение подтягивания. Вис на согнутых руках, кто дольше!	1	-разучить комплекс упражнений на укрепление мышц верхнего плечевого пояса; -разучить комплекс подводящих упражнений на технику подтягивания; -провести п/и «Кто дольше провесит»	<b>Научаться:</b> -выполнять комплекс упражнений на верхний плечевой пояс; -выполнять комплекс подводящих упражнений; -организовать на п/и, соблюдая правила игры	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

					решению в совместной деятельности.			
34	<b>Знания о ФК: ФУ</b> <i>Что такое физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</i>	1	-раскрыть понятие ФУ; -просмотр интернет о влиянии ФУ на физическое развитие организма и развитие физ. качеств	<b>Научаться:</b> -владеют понятием ФУ; -знают, как выполнять ФУ и правила их выполнения; -знают, как стать быстрым и ловким с помощью выполнения ФУ; -демонстрируют комплекс упражнений на гибкость	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		12-н
35	Техника группировки и перекаты в группировке.	1	-учить технике положения группировка и перекаты в группировке; -развивать мышцы спины, шеи; -организовать поведение п/и на быстроту и ловкость	<b>Научаться:</b> -выполняют технику положения группировки и перекаты в группировке; -выполняют статические упражнения на мышцы спины и шеи; -организовать проведение п/и на ловкость и координацию;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
36	Техника кувырка вперед. П/и: «Посадка картофеля!»	1	-обучить технике кувырка вперед; -развивать мышцы спины и рук; -организовать п/и на точность движений	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику кувырка вперед; -выполнять и проводить комплекс упражнений на гибкость; -проводить п/и по правилам среди своих сверстников	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
37	<i>Беседа: «Осанка и наше здоровье!»</i> Комплекс упражнений на укрепление осанки.	1	-рассказать о здоровой осанке; -разучить комплекс	<b>Научаться:</b> -знают понятие осанки и её влияние на организм;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и		13-н

	П/и: «Выше ноги от земли!»		упражнений на мышцы спины; -развивать равновесия по ориентирам; -организовать п/и на внимание и прыгучесть	-выполняют комплекс упражнений на осанку; -проводят п/и на мышцы голенистопа	<b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
38	Эстафета с преодолением полосы препятствий: лазанья, перелазания, ползания, перепрыгивание.	1	-рассказать правила старта и финиширования; -укреплять мышцы рук и ног; -совершенствовать технику лазанья, перелазания, ползания, перепрыгивания	<b>Научаться:</b> -знают и соблюдают правила старта и финиширования в беге по дистанции; -выполняют комплексы упражнений на мышцы рук и ног; -демонстрировать технику приемов двигательных действий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
39	Техника стойки на лопатках с выходом на полу-шпагат.	1	-учить технике стоки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -укреплять мышцы спины и шеи; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве через п/игры	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику стойки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -проводить комплексы упражнений на мышцы спины и шеи; -организовывать п/игры среди сверстников по правилам	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		14-н
40	Кувьрки и равновесия. П/и: «Быстро по местам!»	1	-учить технике стоки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -укреплять мышцы спины и шеи; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве через п/игры	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику стойки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -проводить комплексы упражнений на мышцы спины и шеи; -организовывать п/игры среди сверстников по правилам	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		

41	Техника положения «мост».	1	-учить технике положения «мост»; -укреплять мышцы спины и живота; -выполнять технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику выполнения положения «мост»; -выполняют комплекс упражнений на мышцы спины и живота; -демонстрируют технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -организуют п/и на быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;		
42	Кувырки с выходом в стойку на лопатках П/и: «Перемена мест!»	1	-учить технике положения «мост»; -укреплять мышцы спины и живота; -выполнять технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику выполнения положения «мост»; -выполняют комплекс упражнений на мышцы спины и живота; -демонстрируют технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -организуют п/и на быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;		
43	Техника кувырка назад. Перекаты в группировке спиной вперед, равновесия. П/и: «Пустое место!»	1	-учить технике кувырка назад; -укреплять мышцы спины и рук; -развивать способность к равновесию; -организовать п/и на внимание	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику кувырка назад; -выполняют комплексы упражнений на мышцы спины и рук; -выполняют упражнения на равновесия; -проводят п/игру на быстроту и внимание	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		15-н
44	Тестирование контрольных	1(к)	-выявить показатели уровня физической подготовки на	<b>Научаться:</b> -проводить	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<b>Личностные:</b> ориентируются на		

	упражнений: кувырок вперед, ст. на лопатках, «мостики»		гибкость и ловкость по предмету гимнастика	специальную разминку на гибкость и ловкость; -выполнять технику акробатических упражнений; -знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценку учителя; -корректируют выполнение двигательного действия своих сверстников	<b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

**2 КЛАСС                    П ЧЕТВЕРТЬ**  
**Подвижные игры разных народов 4 ч (1к)**

45	Техника безопасности на уроках подвижных игр разных народов. Проведение подвижной игры «День и ночь» «Хитрая лиса» «Резиночки» (Русские игры)	1	Формировать правила техники безопасности во время проведения п/игр. Рассказать значение п/игр для детского организма. Развивать физические и двигательные качества: ловкость, внимание, быстроту Разучить правила п/игр: «День и ночь!» «Хитрая лиса» «Резиночки»	<b>Научаться:</b> -соблюдать ТБ на уроках п/игр; -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, равновесие	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
46	Проведение подвижной игры «Перебежки» (Русские игры) «Кегельбан» (Англия)	1	Формировать умение ориентироваться на слово при организации действий как условие развития его произвольности Развитие меткости, находчивости, ловкости; умение ориентироваться в пространстве	<b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		16-н

47	Проведение п/игры «Удочка» (Русские игры) «Вышибалы» (Англия)	1	Разучить правила организации и проведения п/игры; Формировать технику двигательного действия в игре: слуховое восприятие и внимание, быстроту и ловкость, меткость в цель	<b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
48	Организация и проведение п/игры на оценку	1(к)	Определить организаторские способности проведения п/игр и знание правил п/игры на оценку по выбору обучающихся.	<b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность; -применяют лидерские качества личности в проведении и участии в игре	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		



			Организация проведения игры на снегу по выбору;		совместной деятельности.	учения		
52	<b>Способы ФД:</b> <i>Составление режима дня.</i> <i>Выполнение простейших закаливающих процедур.</i> <i>Выполнение комплекса ФУ на формирование правильной осанки.</i>	1	-составляют режим дня и режим спортивной тренировки; -знают правила закаливания и проводят закаливающие процедуры по утрам; -проводят комплекс ФУ на формирования правильной осанки и следят за своей спиной во время письма в классе	<b>Научаться:</b> -знают значение правильной осанки; -определяют последовательность и время выполнения деятельности в течении дня; -знают, как укреплять свой организм; -соблюдают правила закаливания и проводят закаливающие процедуры; -выполняют комплекс упражнений на осанку	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		18-н
53	<i>Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки).</i> П/и: «Догони впереди идущего!»	1	-проведение комплекса упражнений разминки; -отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники ступающего шага, скользящего шага без палок; -отработка техники поворотов переступанием; Организация проведения игры на снегу;	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки; -выполняют технику ступающего шага, скользящего шага без палок; -выполняют технику поворотов переступанием; Организуют проведение п/игры на улице	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
54	Комплекс общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах. П/и: «По следам»	1	-проводят комплекс упражнений специальной разминки на равновесие; -отработка техники ступающего и скользящего шага; -организуют п/игру «По следам!»	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений равновесия; -выполняют технику ступающего и скользящего шага; -организуют п/игру	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		



55	Скольжение на правой (левой) ноге после двух, трех шагов. П/и: «Чай, чай - выручай!»	1	-проводят разминку на гибкость; -отрабатывают технику поворотов переступанием; -отрабатывают технику скольжения попеременным душажным ходом; -участвуют в п/игре «Чай, чай – выручай!»	<b>Научаться:</b> -знают комплекс упражнений разминки на гибкость; -выполняют технику поворотов переступанием; -выполняют технику скольжения попеременным душажным ходом; -проводят п/игру	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		19-н
56	Скольжение на правой (левой) ноге после двух, трех шагов.	1	-проводят разминку на гибкость; -отрабатывают технику поворотов переступанием; -отрабатывают технику скольжения попеременным душажным ходом; -участвуют в п/игре «Чай, чай – выручай!»	<b>Научаться:</b> -знают комплекс упражнений разминки на гибкость; -выполняют технику поворотов переступанием; -выполняют технику скольжения попеременным душажным ходом; -проводят п/игру	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
57	Техника стойки во время спуска на лыжах. Спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах. П/и: «Снежки»	1	-организуют проведение разминки на лыжах; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -отрабатывают технику стойки во время спуска; -проводят п/игру «Снежки»	<b>Научаться:</b> -знают комплекс упражнений разминки на снегу; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
58	<b>Способы ФД:</b> <i>Измерение длины и массы тела.</i>	1	-рассказать, как проходит рост организма человека	<b>Научаться:</b> -определять физическое развитие как процесс	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и		20-н

	<i>Определение правильной осанки.</i>		(просмотр интернет); -знают показатели физического развития; -измеряют собственные показатели физического развития (рост, вес); -проводят комплекс упражнений на осанку; -следят за осанкой в положении сидя, стоя	взросления человека; -называть основные показатели физического развития; -измерять показатели физического развития самостоятельно (с помощью сверстника, родителей)	формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
59	Техника равновесия. Подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. П/игра: «Сороконожка»	1	-организуют проведение разминки на лыжах; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -отрабатывают технику стойки во время спуска в низкой стойке ; -проводят п/игру «Сороконожка»	<b>Научаться:</b> знают комплекс упражнений разминки на снегу; --выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -выполняют технику равновесия на лыжах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
60	<i>Развитие выносливости:</i> передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности П/игра: «Салки мячом»	1	-организуют проведение разминки на лыжах; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -отрабатывают технику стойки во время спуска; -проводят п/игру «Салки мячом»	<b>Научаться:</b> -знают комплекс упражнений разминки на снегу; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -демонстрируют технику стойки на лыжах в перемещении; -организуют п/игру среди сверстников	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
61	Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности.	1	-проведение комплекса упражнений разминки; -отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники ступающего шага, скользящего шага без	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки; -выполняют технику равновесия на лыжах; -выполняют технику ступающего шага,	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> формулируют	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		21-н

			палок; -отработка техники скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности; Организация проведения игры на снегу;	скользящего шага без палок; -выполняют технику скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности; -организуют п/игру на снегу;	собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
62	<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность:</b> <i>комплекс упражнений утренней зарядки</i>	1	-влияние упражнений на группы мышц; -проведение комплекса зарядки; -организация проведения п/игры на развитие физических качеств	<b>Научаться:</b> -определять, для какой группы мышц предназначено упражнение; -называть последовательность выполнения упражнений; -самостоятельно составлять комплекс упражнений зарядки	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
63	Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, с ускорениями;	1	-проведение комплекса упражнений разминки; -отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков с ускорением;	<b>Научаться:</b> - проводят комплекс упражнений разминки; - отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков с ускорением;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
64	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Передвижение скользящим шагом по прямой.	1	Передвижение скользящим шагом под пологий уклон. Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку», «Самокат»	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки; -выполняют технику стойки под пологий уклон; -организуют п/игру	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных		22-н

					используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	ситуациях		
65	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Передвижение скользящим шагом по кругу.	1	-то же под пологий уклон с широкими размахиваниями руками; -то же с палками держа их за середину; - игра «Кто быстрее!»	<b>Научаться:</b> -выполняют широкий размах руками под пологий уклон на лыжах; - выполняют широкий размах руками под пологий уклон на лыжах, держа палки за середину; -проводят и участвуют в п/игре	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
66	Передвижение скользящим шагом без палок-30 м. Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.	1	-поворот переступанием вокруг пяток лыж; -передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню	<b>Научаться:</b> -выполняют повороты переступанием вокруг пяток; -выполняют передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
67	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Торможение «плугом»	1	-подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке; -подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.	<b>Научаться:</b> -выполняют технику ступающим шагом в основной стойке; -выполняют подъем ступающим шагом	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		23-н

					функций и ролей в совместной деятельности.			
68	Спуск в основной стойке на оценку. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом. Торможение «плугом»	1	Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?».	<b>Научаться:</b> -выполнение техники стойки на лыжах; -выполнение техники скольжения на дистанции; -выполнение техники торможения приседом	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
69	Выполнение контрольных упражнений: техника скольжения, поворотов на месте переступанием, торможение «плугом».	1(к)	-выполняют специальную разминку; -выполняют технику скольжения по дистанции, повороты на месте переступанием, торможение «плугом» в стойке; -знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценку учителя	<b>Научаться:</b> -проводят самостоятельно разминку на лыжах; -демонстрируют технику скольжения по дистанции; -выполняют технику поворотов переступания на месте, торможение «плугом»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

## 2 КЛАСС

## III ЧЕТВЕРТЬ

### Плавание – 6ч

### Подвижные игры с основами спорт игр волейбол: 6 ч (1к)

70	ТБ на уроках плавания. Основные понятия и стили плавания. Комплекс упражнений «зарядка пловца».	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -соблюдать технику безопасности на уроках плавания; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		24-н
----	---	---	--------------------------	---	---	--	--	------

71	Упражнения на преодоление боязни воды. Правила закаливания водой.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -знают, с помощью каких упражнений можно преодолеть боязнь воды; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца»; -проводят закаливания, соблюдая правила; -организуют п/игру «Салки с мячом»	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, развивают чувство мяча, совершенствование высокой культуры движений		
72	Подготовительные упражнения в воде «поплавок». Правила вхождения в воду.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают и соблюдают правила вхождения в воду; -организуют п/игру: «Перебежки»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
73	Подготовительные упражнения в воде «Медуза» Техника плавания кролем на груди, на спине	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца» -организуют п/игру: «Метко в цель»	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		25-н
74	Подготовительные упражнения в воде «Звездочка». Техника плавания баттерфляй.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца»	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование		

				-организуют п/игру: «Гонка мячей»	воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	личностного смысла учения		
75	Подготовительные упражнения в воде: скольжение на груди, на спине. Техника плавания брассом.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца» -организуют п/игру по выбору	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

## 2 КЛАСС      III ЧЕТВЕРТЬ

### **Подвижные игры с основами спорт игр волейбол: 6 ч (1к)**

76	Инструктаж ТБ на уроках п/игр с элементами игры волейбол. Верхняя и нижняя передачи мяча в парах.	1	-читают инструктаж ТБ по подвижным и спортивным играм; ОРУ с мячом. Ведение мяча на месте и в движении (правой, левой рукой). Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча»	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж ТБ в игре с мячом и правила поведения в зале; -выполняют упражнения с мячом в парах на ловлю и броска одной рукой; -владеют мячом в колонне и в эстафетах; -организуют п/игру между собой на овладение мячом;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, развивают чувство мяча, совершенствование высокой культуры движений		26-н
77	Обучение игре пионербол через сетку. Техника броска и ловли мяча через сетку. Эстафета с ведением мяча.	1	Передача мяча в парах. Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа. Эстафеты с ведением мяча.	<b>Научаться:</b> -знают правила бросок и ловлю мяча одной рукой; -выполняют технику игры через сетку в игре; -демонстрируют двигательные качества в игре: бег, повороты направо, налево, кругом, ведение мяча одной рукой	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
78	Расстановка игроков на площадке. Правила перехода на площадке.	1	ОРУ с мячом в парах. Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с мячами на гибкость и	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение		

	Техника броска одной рукой и ловли мяча через сетку.		двумя руками, одной слева, одной справа.	подвижность суставов; -выполняют ведение мяча и бросок одной рукой; -знают и выполняют расстановку на площадке и правила перехода в игре; -демонстрируют ловлю мяча и три шага к сетке, бросок через сетку	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
79	Техника подачи мяча. Ловля подачи, передача, бросок одной рукой.	1	ОРУ с мячом в парах. Отработка имитации движений подачи мяча одной рукой; Метание малого мяча на дальность и через сетку; Бросок мяча через с сетку с разных расстояний. Игра через сетку на очки	<b>Научаться:</b> -знают, как выполнять подачу одной рукой и выполняют её в игре; -проводят комплекс упражнений разминки с мячом в парах; -играют через сетку по командам на счет; -самостоятельно ведут счет в игре	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		27-н
80	Техника подачи мяча. Ловля подачи, передача, бросок одной рукой.	1	ОРУ с мячом в парах. Отработка имитации движений подачи мяча одной рукой; Метание малого мяча на дальность и через сетку; Бросок мяча через с сетку с разных расстояний. Игра через сетку на очки	<b>Научаться:</b> -знают, как выполнять подачу одной рукой и выполняют её в игре; -проводят комплекс упражнений разминки с мячом в парах; -играют через сетку по командам на счет; -самостоятельно ведут счет в игре	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
81	Выполнение контрольных упражнений в игре: подача мяча одной рукой через сетку, ловля мяча, игра через сетку.	1	ОРУ с мячом в парах. Отработка имитации движений подачи мяча одной рукой; Подача мяча одной рукой; ловля мяча, игра через сетку.	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки с мячом в парах; -демонстрируют технику подачи одной рукой в стойке игрока;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных		



			<p>Бросок мяча через сетку с разных расстояний. Игра через сетку на очки</p>	<p>-демонстрируют ловлю мяча и бросок через сетку одной рукой; -демонстрируют игру у сетки; взаимодействие игроков между собой</p>	<p>используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>ситуациях</p>		
--	--	--	--	--	--	------------------	--	--

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>2 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Подвижные игры с основами спорт/игр футбол: 8 часов 1(к)</b>								
<b>Способы ФД – 1 ч Физкут-оздоровит. деятельность - 1 (к)</b>								
82	Т.Б. на уроках п/игр. Спорт. форма и обувь ДД. Освоение координационных способностей в п/игре: «Стань правильно!» «Быстро по местам!» «Охотники и утки!»	1	Прослушивают инструктаж ТБ по спортивным играм в сп/зале. Проводят комплекс разминки. Знакомятся с новой игрой – футбол. Выполняют упражнения передачи и ловля мяча в парах. Организуют п/игру.	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		28-н
83	Техника способов перемещения по площадке. Техника удара по неподвижному мячу с места в игре футбол.	1	Организуют проведение разминки на гибкость и быстроту. Отрабатывают технику стойки и перемещения игрока по площадке. Отрабатывают технику остановки и удара по мячу «щечкой». Получают знания о разметке игрового поля и ворот.	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
84	Техника передачи, остановки и удара мяча «щечкой» по воротам.	1	-учить технике передачи, остановки и удара мяча «щечкой» по воротам;	<b>Научаться:</b> -выполняют технику передачи, остановки и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и		29-н

	Подбивание мяча. Игра в футбол		-развивать «чувство мяча» способом подбивания мяча ногой; -развивать физические качества точности движений, быстроты, координации; -развивать коммуникативность в игровых заданиях	удара мяча «щечкой» по воротам; -демонстрируют способность подбивания мяча; -применяют накопленный опыт в двигательных действиях (передачи, остановки, удары мяча «щечкой»); -используют диалог в общении друг с другом; в игре	изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
85	Подбивание мяча. Игра в футбол	1	-учить технике передачи, остановки и удара мяча «щечкой» по воротам; -развивать «чувство мяча» способом подбивания мяча ногой; -развивать физические качества точности движений, быстроты, координации; -развивать коммуникативность в игровых заданиях	<b>Научаться:</b> -выполняют технику передачи, остановки и удара мяча «щечкой» по воротам; -демонстрируют способность подбивания мяча; -применяют накопленный опыт в двигательных действиях (передачи, остановки, удары мяча «щечкой»); -используют диалог в общении друг с другом; в игре	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
86	<b>Способы ФД:</b> <i>Организация и проведение п/игры на ловкость и быстроту</i>	1	-проводят комплекс упражнений разминки с мячами; -проводят команды на внимание (Напра-во, нале-во, кругом!); -организует проведение п/игры «Перехвати мяч» в игре футбол	<b>Научаться:</b> Выполняют комплекс упражнений разминки в игре футбол; -демонстрируют координацию движений в строю; выполняют команды на внимание; -проводят п/игру по правилам;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

87	Техника ведения и остановки мяча. Обводка предметов и удар по воротам. П/и: «Зевака!» «Черные и белые!»	1	-обучить технике игры в футбол (ведение мяча, остановка, обводка предметов) в парах; -развивать точность движений; -развивать коммуникативность в игровых упражнениях	<b>Научаться:</b> -выполняют технику игры в футбол (ведение мяча, остановка, обводка предметов) в парах; -выполняют точность движений приемы игры в футбол; -используют диалог в общении с друг с другом	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
88	Техника обводки игрока в сочетании с передачей и ударом по воротам. Игра в защите.	1	-проводят комплекс разминки в беге и с мячами; -отрабатывают технику игры в футбол: обводка игрока; передачи мяча друг другу в атаке; -отрабатывают технику ударов по воротам со штрафной линии; -отработка техники игры в защите 1:1	<b>Научаться:</b> <b>-организуют разминку в беге и с мячами на месте;</b> <b>-выполняют</b> технику игры в футбол: обводка игрока; передачи мяча друг другу в атаке; -выполняют технику ударов по воротам со штрафной линии; -выполняют технику игры в защите 1:1	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		30-н
89	<b>Физкульт-оздоровит. деятельность:</b> Организация п/игры с мячом для развития точности движений	1(к)	-проводят разминку на развитие физических качеств; -подготавливают место для проведения п/игр; -проявляют доброжелательность и взаимопонимание между собой в игре	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения разминки на физические качества; -организовывать места для проведения п/игры; -общаться и взаимодействовать в процессе п/игр	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

					общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
90	Координация движений, быстрота и соперничество в игровых упражнениях с футбольным мячом. Техника обводки игрока, удары по воротам.	1	-обучить технике ведения и остановки мяча; -совершенствовать технику бега в различном направлении; -развивать физические качества быстроты и координации в игровых упражнениях с ф/мячом; -совершенствовать технику игры в футбол (ведение мяча, остановка, обводка игрока) в парах;	<b>Научаться:</b> -выполнять технику приемов игры в футбол; -демонстрировать быстрый бег в различном направлении; -выполнять приемы игры с ф/мячом на быстроту и ловкость в парах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность. Трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
91	Техника выполнения контрольных упражнений в игре футбол: техника обводки игрока, передачи и удара мяча по воротам.	1(к)	Знают технику стойки и перемещения в игре футбол. Знают разметку игрового поля и ворот. Знают понятие штрафного удара и свободный удар. Демонстрируют технику игры в футбол. Адекватно воспринимают оценку учителя; знают параметры оценки.	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		31-н
<b>2 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Легкая атлетика - 11ч (2к)</b>								
92	Т.Б. на уроке л/атлетики. Техника спецбеговых упражнений л/атлетики. Техника старта.	1	-рассказать о правилах ТБ на уроках л/а; -совершенствовать двигательные качества: перебежки, ускорения, приставной шаг;	<b>Научаться:</b> -знают и применяют правила ТБ на уроках л/а; -выполняют	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной		

			прыжки; -повторить технику старта; -организовать п/и: «Салки-догонялки»	двигательные качества: перебежки, ускорения, приставной шаг, прыжки; -демонстрируют технику старта; -организуют п/и среди сверстников на быстроту и ловкость	цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	деятельности и формирование личностного смысла учения		
93	Техника старта и бега по дистанции 30м. П/и: «Тик-так-тук!»	1	-повторить технику старта; -обучать технике разгона на короткие дистанции; -развивать мышцы ног и рук; -определить уровень ГТО в беге на 30м; -организовать п/игру на быстроту и внимание: «Тик-так-тук!»	<b>Научаться:</b> -выполнять технику старта; -демонстрировать технику разгона на короткие дистанции; -проводить комплексы упражнений на укрепление мышц ног и рук; -знают нормативы ГТО и свой уровень спортивной подготовки; -проводить самостоятельно п/и во дворе	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
94	Тесты общей физической подготовки: в беге на 30м., 3 по 10м	1(к)	-продолжить учить технику разгона после старта в парах; -развивать гибкость, силу мышц рук и ног; -развивать внимание, быстроту и ловкость в игровых упражнениях; -определить уровень физической подготовки;	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику разгона после старта; -выполняют самостоятельно упражнения на укрепление мышц рук и ног; -включают внимание, быстроту и ловкость в игровых упражнениях; -знают нормы ГТО по	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	<b>Личностные:</b> раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		32-н

				возрасту; -адекватно воспринимают оценку учителя				
95	Прыжки в длину. П/и: «Успей перебежать!» «Кто дольше!»	1	-повторить технику прыжка в длину с места; -развивать технику отталкивания и приземления; -развивать координацию движений и быстроту темпа движений (от медленного к быстрому); -определить уровень физической подготовки в прыжке в длину с места; -совершенствовать двигательные качества в игре: «Успей перебежать!» «Кто дольше!»	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику прыжка в длину с места; -демонстрировать технику отталкивания и приземления; - знают нормы ГТО по возрасту и самостоятельно определяют свой уровень; -применять способности ловкости и быстроты в беге и в прыжках, в п/играх;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
96	Тестирование общей физической подготовки: бег 300м с учетом времени. П/и: «Хитрая лиса!»	1(к)	-повторить технику старта и стартового разгона; -совершенствовать технику спецбеговых упражнений; -развивать мышцы рук, ног, спины; -определить уровень физической подготовки обучающихся в беге на 300 м; -повышать коммуникативность в классе через п/игры	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику старта и стартового разгона; -выполняют технику спецбеговых упражнений; -самостоятельно проводят упражнения на мышцы рук, ног, спины; -знают нормы ГТО по возрасту и самостоятельно определяют свой уровень; -используют диалог в организации и проведении п/игры	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
97	Техника равномерного бега до 500 и 1000 м	1	-совершенствовать технику старта и	<b>Научаться:</b> -демонстрируют	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение		33-н

	Техника дыхания по дистанции		<p>стартового разгона, правила финиширования;</p> <p>-повторить технику отталкивания и приземления с ноги на ногу в спецбеговых упражнениях;</p> <p>-укреплять мышцы голенистопа и верхних мышц бедра;</p> <p>-определить уровень физической подготовки обучающихся в беге на 300 м;</p> <p>-повышать коммуникативность в игре футбол</p>	<p>технику старта и стартового разгона, правила финиширования;</p> <p>-выполняют технику отталкивания и приземления с ноги на ногу в спецбеговых упражнениях;</p> <p>-проводят комплекс упражнений на укрепление мышц голенистопа и верхних мышц бедра;</p> <p>-знают нормы ГТО по возрасту и самостоятельно определяют свой уровень;</p> <p>-ведут диалог в организации и проведении п/игры</p>	<p>познавательные цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия;</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
98	Техника метания т. мяча с места, с разбега на дальность и в цель. П/и: «Вышибалы!»	1	<p>-обучить технике стойки при метании с места способом «из-за плеча» в цель;</p> <p>-учить технике разбега и остановки у линии в метании мяча на дальность;</p> <p>-укреплять верхний плечевой пояс, мышцы спины;</p> <p>-организовать п/игру на перемещение;</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-демонстрируют технику стойки при метании с места способом «из-за плеча» в цель;</p> <p>-демонстрируют технику разбега и остановки у линии в метании мяча на дальность;</p> <p>-проводят комплекс упражнений на верхний плечевой пояс, мышцы спины;</p> <p>-проводят среди сверстников п/игру с бегом</p>	<p><b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		



99	Техника метания т. мяча с места, с разбега на дальность и в цель. П/и: «Вышибалы!»	1	-обучить технике стойки при метании с места способом «из-за плеча» в цель; -учить технике разбега и остановки у линии в метании мяча на дальность; -укреплять верхний плечевой пояс, мышцы спины; -организовать п/игру на перемещение;	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику стойки при метании с места способом «из-за плеча» в цель; -демонстрируют технику разбега и остановки у линии в метании мяча на дальность; -проводят комплекс упражнений на верхний плечевой пояс, мышцы спины; -проводят среди сверстников п/игру с бегом	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
100	Встречная эстафета 4 по 30 м.	1	-рассказать, что такое встречная эстафета (видеоролик); -учить технике перемещения встречной эстафеты; -учить технике передачи эстафетной палочки; -развивать мелкую моторику; -развивать двигательные качества быстроты и ловкости;	<b>Научаться:</b> -знают понятие - встречная эстафета; -демонстрируют технику перемещения встречной эстафеты; -демонстрируют технику передачи эстафетной палочки; -владеют способностью мелкой моторики с предметами; -демонстрируют быстроту и ловкость во встречной эстафете	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		34-н
101	Техника круговой эстафеты. П/игра «Охотники и утки»	1	-рассказать, что такое круговая эстафета и передача эстафетной палочки (видеоролик); -учить технике передачи эстафетной палочки; -укреплять мышцы кистей рук; спины, живота;	<b>Научаться:</b> -знают понятие - круговая эстафета и как выполняется передача эстафеты; -демонстрируют технику передачи эстафетной палочки; -демонстрируют	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

			<p>-развивать скоростные качества в спецбеговых упражнениях; -организовать п/и с мячом</p>	<p>скоростные качества в эстафете; -проводят комплекс упражнений на мышцы кистей рук; спины, живота; -используют речь в организации проведения п/игры: «Охотники и утки»</p>	<p>собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>		
102	<p>Совершенствование двигательных качеств на этапах веселых стартов. Игра в футбол</p>	1	<p>-совершенствовать технику старта и разгона по дистанции; -совершенствовать технику встречной эстафеты на дистанции; -совершенствовать технику прыжка в высоту по дистанции (перепрыгивание); -совершенствовать технику метания в цель в игре «Сбей кеглю»; -развивать мышцы спины и живота; укреплять верхний плечевой пояс (отжимание, подтягивание)</p>	<p><b>Научаться:</b> -демонстрируют технику старта и разгона по дистанции; -демонстрируют технику встречной эстафеты на дистанции; -демонстрируют технику прыжка в высоту по дистанции (перепрыгивание); -демонстрируют технику метания в цель в игре «Сбей кеглю»; -проводят комплексы упражнения на укрепление мышц спины и живота; верхний плечевой пояс</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре  
адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ОВЗ (ТНР)**

на 2023 – 2024 учебный год **3 класс**

№ п/п	Раздел программы	Часы	Класс /четверть				Кол-во контрольных работ
			3 класс (102ч)				
			I	II	III	IV	
<b>1</b>	<b>Знания о физической культуре</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>			-
1.1	Физическая культура		1				
1.2	Из истории физической культуры		1				
1.3	Физические упражнения			1			
<b>2.</b>	<b>Способы физкультурной деятельности</b>	<b>3</b>			<b>2</b>	<b>1</b>	-
2.1	Самостоятельные занятия				1		
2.2	Самостоятельные наблюдения и физическая подготовка				1		
2.3	Физическая подготовка: самостоятельные игры и развлечения					1	
<b>3.</b>	<b>Физическое совершенствование</b>						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	<b>2</b>			1	1	1
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>						
4.1	Гимнастика с основами акробатики	16		16			2
4.2	Легкая атлетика	27	16			11	5
4.3	Лыжные гонки	18			18		1
4.4	Плавание	6			6		-
4.5	Подвижные (спортивные) игры	9	9				
	• п/и разных народов	4		4			1
	• с основами сп/и пинг-понг	6			6		1
	• с основами сп/и волейбол	8				8	1
	<b>Итого:</b>	<b>102</b>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре**

адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ТНР

на 2023 – 2024 учебный год **3 класс**

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>3 КЛАСС I ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Легкая атлетика - 16ч (2ч)</b>				<b>Знания о ФК – 2ч</b>				
1	Т.Б. на уроках л/а. Техника старта и старт. разгона. Выполнение строевых ком-д: «Становись!» «Равняйся!» «Смирно!» П/игра: «Кто подошел!» «Караси и щука!»	1	-повторить правила ТБ на уроках л/а; повторить правила поведения и технику безопасности на уроках ФК;  -развивать ориентацию в пространстве и внимание;  -повторить технику старта и старт. разгона	<b>Научаться:</b> -выполнять и соблюдать ТБ на уроках л/а; -выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры;  -выполнять технику старта и старт. разгона;  -выполнять команды на внимание без ошибок	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют технику старта и разгона по дистанции; объясняют правила п/игры; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Лях В.И. Мой друг – физкультура: Учеб. Для учащихся 1 -4 кл.нач. шк./В.И. Лях – 2 изд. – М.: Просвещение, 2014 – 192с.	1-н
2	<b>Знания о ФК:</b> <i>Беседа: «История возникновения физической культуры и первых соревнований».</i>	1	-рассказать об истории физической культуры; -создавать условия для развития физических качеств с помощью упражнений с предметами;	<b>Научаться:</b> -называть характерные признаки соревнований (наличие правил, судьи, следящего за выполнением правил, награждение победителей); -раскрывать назначение первых соревнований у древних людей; -характеризовать роль и значение соревнований в	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; кратко характеризуют историю возникновения физической культуры и первых соревнований; объясняют правила проведения весёлых стартов. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в	<b>Научаться:</b> -знают историю физической культуры; -выполняют упражнения на освоение двигательных и физических качеств; -демонстрируют соревновательную деятельность через форму организации весёлых стартов		

				воспитании будущих охотников и воинов.	совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> принимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.			
3	Техника старта – бег по прямой. П/и: «Пустое место»	1	создать условия для освоения техники старта и бег по прямой; Развивать внимание и технику отталкивания при старте; Осваивать технику специальных двигательных действий (ускорения, прыжки, бег)	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику старта; -выполнять разгон и бег по прямой после старта; -концентрировать внимание на старте; -владеть двигательными качествами по л/а; -организовывать и проводить п/игру среди сверстников	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль.		
4	Техника старта и ускорения на 20 и 30м. Правила бега в парах по дистанции.	1	-учить технике старта и технике ускорения на короткие дистанции до 20 и 30м; -определить уровень быстроты в беге на 30м с учетом времени; -совершенствовать физические и двигательные качества; -осваивать правила бега по дистанции	<b>Научаться:</b> -выполнять технику старта в беге; -демонстрировать технику разгона на короткие дистанции до 30м; -проявлять быстроту, ловкость, точность движений в спецбеговых упражнениях; -соблюдать и выполнять правила бега по дистанции	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми; самоанализ и самоконтроль результатов спортивных показателей		2-н
5	Техника бега на 300 м. Правила старта и финиширования.	1	-учить технике бега на 300 м; -провести диалог о правилах бега по дистанции; -определить уровень развития выносливости на время в беге на 300м;	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику старта; -выполнять двигательные действия по сигналу;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> планируют свои	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных		

			<p>-развивать специальную выносливость на средние дистанции;</p> <p>-развивать дыхательную систему организма детей</p>	<p>-соблюдать правила бега по дистанции;</p> <p>-осваивать технику дыхания по дистанции;</p> <p>-определять уровень своей физической подготовки через полученный результат;</p> <p>-знать нормативные показатели физической подготовки данного возраста</p>	<p>действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>нестандартных ситуациях.</p> <p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
6	Тестирование общей физической подготовки: бег 300 м.	1(к)	<p>-проведение комплекса упражнений разминки;</p> <p>-проведение спецбеговых упражнений разминки;</p> <p>-определить высокий, средний, низкий показатели по тестированию в беге 300 м</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>--проводить комплекс упражнений разминки;</p> <p>-организовать проведение спецбеговых упражнений разминки на гибкость и скорость;</p> <p>-демонстрировать скоростные и силовые качества в беге на 300 м.</p>	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; кратко характеризуют историю возникновения физической культуры и первых соревнований; объясняют правила проведения весёлых стартов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>принимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.</p>		
7	Техника шага, бега, прыжка. Освоение частоты бега через препятствия с изменением скорости движения	1	<p>-обучить технике частоты шага, бега, прыжка с помощью предмета;</p> <p>-совершенствовать технику отталкивания и приземления на одну ногу;</p> <p>-организовать п/игру на прыгучесть;</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-показывать технику отталкивания и приземления с одной ноги на другую, не касаясь предметов в равновесии;</p> <p>-демонстрировать скорость перемещения через предметы;</p> <p>-преодолевать препятствия различного уровня</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		3-н

				(простой/ сложный); -организовать п/игру на прыгучесть	общении и взаимодействии.			
8	Техника челночного бега 3×10 м с кубиками. П/игра: «Займи пустое место!»	1	-освоить технику бега с изменением направления движения с кубиками; -выполнить челночный бег с учетом времени; -определить уровень развития координации движений и быстроты; -разучить п/игру на развитие быстроты;	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику челночного бега на высокой скорости; -определять уровень физической подготовки через нормативные показатели по возрасту; -организовывать п/игру на развитие быстроты	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
9	Техника метания малого мяча способом «из – за плеча» правой левой, рукой.	1	-обучить технике метания мяча в цель и на дальность способом «из-за плеча» правой, левой рукой; -освоить технику стойки метания малого мяча; Выполнить комплекс упражнений на плечевой пояс; -организовать п/игры «Вышибалы»	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику метания на дальность и в цель; -выполнять технику стойки метателя; -знают правила п/игры «Вышибалы»; -проводят п/игру среди сверстников, соблюдают правила игры	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
10	Техника метания малого мяча способом «из – за плеча» правой левой, рукой.	1	-обучить технике метания мяча в цель и на дальность способом «из-за плеча» правой, левой рукой; -освоить технику стойки метания малого мяча; Выполнить комплекс упражнений на плечевой пояс; -организовать п/игры «Вышибалы»	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику метания на дальность и в цель; -выполнять технику стойки метателя; -знают правила п/игры «Вышибалы»; -проводят п/игру среди сверстников, соблюдают правила игры	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		4-н

11	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с прямого разбега	1	-выполнение прыжков: на месте (на одной, на двух, с поворотами вправо, влево); с продвижением вперед и назад (толчком одной, двумя); левым, правым боком (толчком двумя;) в длину и в высоту с места (толчком двумя)	<b>Научаться:</b> -выполнять беговые упражнения в игровой и соревновательной деятельности; -демонстрировать технику прыжковых упражнений в стандартных условиях	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
12	Техника передачи эстафетной палочки во встречной эстафете: 4 по 30 м. Освоение правила бега в парах по дистанции.	1	-объяснить и показать технику встречной эстафеты; -разучить технику имитации передачи эстафеты; -совершенствовать технику передачи эстафеты в медленном (быстром) темпе движения; -выполнять эстафетный бег в соревновательной форме в парах	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику встречной эстафеты; соблюдать правила бега по дистанции в парах; -организовать п/игру на внимание	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
13	Эстафетный бег в парах	1	-объяснить и показать технику встречной эстафеты; -разучить технику имитации передачи эстафеты; -совершенствовать технику передачи эстафеты в медленном (быстром) темпе движения; -выполнять эстафетный бег в соревновательной форме в парах	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику встречной эстафеты; соблюдать правила бега по дистанции в парах; -организовать п/игру на внимание	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		5-н
14	Техника прыжков высоту с прямого разбега	1	-учить технике отталкивания и приземления на месте и в	<b>Научаться:</b> -выполняют технику	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют	<b>Личностные:</b> ориентируются на		



	способом «согнув ноги». П/и: «Погоня»		движении на одной ноге и с двух ног; -организовать на п/игру «Сбей кеглю!»	отталкивания и приземления в прыжках с ноги на ногу; с одной ноги на две; с двух ног на одну; с двух ног на две; -демонстрируют технику перепрыгивания через препятствия; -проводят п/игру «Сбей кеглю!» для одноклассников	познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
15	Прыжков высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». П/и: «Перегонки через скакалку!»	1	-разучить комплекс упражнений со скакалкой; -повторить технику прыжка в длину с места; -выполнить замер прыжка и определить уровень прыгучести на оценку; -развивать быстроту по дистанции через скакалку;	<b>Научаться:</b> -проводить комплекс разминки со скакалкой; -выполнять технику прыжка в длину с места; -определять уровень прыгучести в соответствии с ГТО; -демонстрировать физические качества быстроты через прыжки со скакалкой в парах;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
16	Тестирование контрольных упражнений: прыжок в длину с места, бег на 30 м	1(к)	-проведение комплекса упражнений разминки; -проведение спецбеговых упражнений разминки; -выполнить тестирование прыжок с места; Определить высокий, средний, низкий показатели по тестированию 30 м	<b>Научаться:</b> -проводить комплекс упражнений разминки; -организовать проведение спецбеговых упражнений разминки на гибкость и скорость; -демонстрировать скоростно-силовые качества в прыжке с места и в беге на короткие дистанции 30 м	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		6-н
17	<b>Знание о ФК:</b>	1	-беседа по теме «Роль и	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> самостоятельно	<b>Личностные:</b>		

	Беседа: «Роль и значение подвижных игр на уроках ФК! Современные игры с использованием различных по форме мячей» Организация и проведение игры учащимися.		значение п/игр на уроках ФК!»; -как появился мяч в игре у древних народов; -организовать п/игру с мячом на развитие физических и коммуникативных качеств;	-использовать п/игры на досуге дня; -развивать физические и двигательные качества через п/игры; -спланировать коллектив через организацию и проведения п/игр;	выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
18	Техника бега с изменением направления движения. Комбинированная эстафета на 30м.	1	-совершенствовать двигательные качества (бег, повороты, перемещения, перенос предметов) в комбинированной эстафете на 30 м; -развивать быстроту, внимание, ловкость, ориентировку в пространстве;	<b>Научаться:</b> -демонстрировать бег с изменением направления движения («маятник», «змейка», «круговое движение»); -выполнять двигательные действия на быстроту, ловкость, внимание, ориентировку в пространстве в комбинированной эстафете на 30 м;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.		

**3 КЛАСС                    I ЧЕТВЕРТЬ**  
**Подвижные игры: 9 часов**

19	Т.Б. на уроках подвижных игр. Освоение физических качеств в игре: «Снайпер» «Охотники и утки»	1	-повторить инструктаж техники безопасности в подвижных играх; -развивать физические и двигательные качества в п/играх; -развивать организаторские способности в игре	<b>Научаться:</b> -соблюдать технику безопасности на уроках подвижных игр; -выполнять упражнения на быстроту, внимание; -выполнять метательные движения одной рукой в игре; -определять состав команды через считалку; -судить игру по	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		7-н
----	--	---	--	---	---	---	--	-----

				правилам			
20	Беседа: «Подвижные игры народов мира: традиции и культура движений» П/и: «Вышибалы!»	1	-совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Научаться: -выполнять технику метания мяча в парах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> активно включаются в коллективную деятельность, взаимодействуют со сверстниками в достижении общей цели.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	
21	Совершенствование бросков и ловли мяча в паре. П/игра: «Мяч соседу!»	1	-развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом в паре	Научаться: - технически правильно выполнять броски и ловлю мяча различными способами; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	
22	Укрепление мышц спины и живота. П/и: «Мяч среднему!»	1	-знать комплекс упражнений на мышцы живота и спины; - совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Научаться: - выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников -точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель (круг)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность. Трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	8-н

23	Скорость, сила, координация движений в игре: «Охотники и утки!»	1	-учить выполнять броски мяча в стену с ловлей отскочившего от стены мяча	Научаться: -грамотно использовать технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие		
24	Комплекс спец. беговых упражнений на скорость, координацию, согласованности действий в движении и в пространстве в игре футбол	1	-учить выполнять упражнения в парах на быстроту, ловкость с ф/мячом; -разучить правила п/игры на меткость;	Научаться: -выполнять ускорения в парах; -выполнять удары по цели; -демонстрировать ведение в парах; -перемещаться по площадке	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
25	Техника встречной эстафеты с предметами на 60 м. Игра «Мяч из круга»	1	-учить технике передачи эстафетной палочки; -совершенствовать технику перемещения в парах на быстроту; -закреплять навык ведения мяча на месте и в движении	Научаться: -выполнять технику передачи эстафетной палочки во встречном направлении; -демонстрировать бег в парах и передачу эстафеты; -выполнять технику ведения мяча;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		9-н
26	Обучение ведению мяча приставными шагами левым боком. П/игра «Антивышибалы»	1	-учить передвигаться приставными шагами левым боком с одновременным ведением мяча	Научаться: -технически правильно выполнять ведение мяча; -соблюдать правила взаимодействия с	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				игроками	учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
27	Техника прыжка в длину. Комплекс специальных упражнений на сочетание согласованности движений, распределение внимания. Игра в футбол	1	-учить технике прыжка в длину с места; -разучить комплекс упражнений на координацию движений; -развивать внимание в игровых упражнениях футбола	Научаться: -выполнять технику прыжка в длину с места; -проводить комплекс упражнений на координацию движений; -совершенствовать устойчивое внимание в игровых упражнениях футбол	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, контролируют действия партнера.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство.		



	Подтягивание.		подводящие упражнения	подводящие упражнения на верхний плечевой пояс	условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	различных нестандартных ситуациях		
31	Тестирование контрольных упражнений: наклон туловища вперед из положения сед ноги врозь, прыжки через скакалку за 1 мин.	1 (к)	-выявить показатели уровня физической подготовки на гибкость и скоростную выносливость по предмету гимнастика	<b>Научаться:</b> -организовывать специальную разминку на гибкость и прыгучесть; -организовывать проведение тестирования по гимнастике; -знать свой уровень физической подготовки -адекватно воспринимать оценку учителя;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		11-н
32	Техника висов на низкой перекладине. Подводящие упражнения на овладение подтягивания. Вис на согнутых руках, кто дольше!	1	-разучить комплекс упражнений на укрепление мышц верхнего плечевого пояса; -разучить комплекс подводящих упражнений на технику подтягивания; -провести п/и «Кто дольше провесит»	<b>Научаться:</b> -выполнять комплекс упражнений на верхний плечевой пояс; -выполнять комплекс подводящих упражнений; -организовать на п/и, соблюдая правила игры	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
33	Техника группировки и перекаты в группировке.	1	-учить технике положения группировка и перекаты в группировке; -развивать мышцы спины, шеи; -организовать поведение п/и на быстроту и ловкость	<b>Научаться:</b> -выполняют технику положения группировки и перекаты в группировке; -выполняют статические упражнения на мышцы спины и шеи;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла		

				-организовать проведение п/и на ловкость и координацию;		учения		
34	<b>Знание о ФК:</b> <i>Беседа: «Осанка и наше здоровье!»</i> Комплекс упражнений на укрепление осанки. П/и: «Выше ноги от земли!»	1	-рассказать о здоровой осанке; -разучить комплекс упражнений на мышцы спины; -развивать равновесия по ориентирам; -организовать п/и на внимание и прыгучесть	<b>Научаться:</b> -знают понятие осанки и её влияние на организм; -выполняют комплекс упражнений на осанку; -проводят п/и на мышцы голенистопа	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		12-н
35	Техника кувырка вперед с выходом в упор присев. П/и: «День – ночь!»	1	-учить технике кувырка вперед с выходом в упор присев; -разучить правила п/игры: «День-ночь!»	Научаться: -демонстрировать технику кувырка вперед с выходом в упор присев; -организовывать п/игру со сверстниками;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
36	Кувырки и равновесия. П/и: «Быстро по местам!»	1	-учить технике стоки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -укреплять мышцы спины и шеи; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве через п/игры	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику стойки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -проводить комплексы упражнений на мышцы спины и шеи; -организовывать п/игры среди сверстников по правилам	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		



37	Техника положения «мост».	1	-учить технике положения «мост»; -укреплять мышцы спины и живота; -выполнять технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику выполнения положения «мост»; -выполняют комплекс упражнений на мышцы спины и живота; -демонстрируют технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -организуют п/и на быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		13-н
38	Техника стойки на лопатках с выходом на полу-шпагат.	1	-учить технике стоки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -укреплять мышцы спины и шеи; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве через п/игры	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику стойки на лопатках с выходом на полу-шпагат; -проводить комплексы упражнений на мышцы спины и шеи; -организовывать п/игры среди сверстников по правилам	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
39	Техника положения «мост», перекаты в группировке. П/и: «У кого длинный хвост!»	1	-учить технике положения «мост»; -укреплять мышцы спины и живота; -выполнять технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -развивать быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику выполнения положения «мост»; -выполняют комплекс упражнений на мышцы спины и живота; -демонстрируют технику кувырка вперед с выходом в стойку на лопатках; -организуют п/и на быстроту и ориентировку в пространстве	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		14-н
40	Техника кувырка назад.	1	-учить технике кувырка назад;	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> ориентируются в	<b>Личностные:</b>		

	Перекаты в группировке спиной вперед, равновесия. П/и: «Пустое место!»		-укреплять мышцы спины и рук; -развивать способность к равновесию; -организовать п/и на внимание	-демонстрируют технику кувырка назад; -выполняют комплексы упражнений на мышцы спины и рук; -выполняют упражнения на равновесия; -проводят п/игру на быстроту и внимание	разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
41	Тестирование контрольных упражнений: кувырок вперед, ст. на лопатках, «мостик»	1(к)	-выявить показатели уровня физической подготовки на гибкость и ловкость по предмету гимнастика	<b>Научаться:</b> -проводить специальную разминку на гибкость и ловкость; -выполнять технику акробатических упражнений; -знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценку учителя; -корректируют выполнение двигательного действия своих сверстников	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;		
42	Техника опорного прыжка «согнув ноги». Шаг, толчок, соскок прогнувшись.	1	-учить технике набегания на мост; -учить технике отталкивания с «мостика»; -учить технике приземления в стойке; -организовать п/игру на прыгучесть	Научаться: -выполнять разбег и набегание на мостик; -выполнять подтягивание колен к груди с места в прыжке; -выполнять подтягивание колен к груди через снаряд (скамейка); -выполнять технику отталкивания ми приземления; - проводить п/игру «Выше ноги от земли»	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;		15-н
43	Техника опорного прыжка «согнув ноги».	1	-учить технике разбега и набегания на мост;	Научаться: -выполнять разбег и	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<b>Личностные:</b> ориентируются на		

	Разбег и набегание на мост, толчок и приземление на мост		-учить технике отталкивания с «мостика»; -учить технике приземления в стойке; -организовать п/игру на прыгучесть	набегание на мостик; -выполнять подтягивание колен к груди с места в прыжке; -выполнять подтягивание колен к груди через снаряд (скамейка); -выполнять технику отталкивания ми приземления; - проводить п/игру «Выше ноги от земли»	<b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
44	Техника опорного прыжка «согнув ноги».	1	-совершенствовать технику прыжка «согнув ноги»; -учить технике отталкивания с «мостика»; -учить технике приземления в стойке; -организовать п/игру на прыгучесть	Научаться: -выполнять технику опорного прыжка «согнув ноги»; -выполнять подтягивание колен к груди с места в прыжке; -выполнять подтягивание колен к груди через снаряд (скамейка); -выполнять технику отталкивания ми приземления; - проводить п/игру «Выше ноги от земли»	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
<b>3 КЛАСС П ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Подвижные игры разных народов 4 ч (1к)</b>								
45	Техника безопасности на уроках подвижных игр разных народов. Проведение подвижной игры «Жмурки» «Вызов номеров»	1	Формировать правила техники безопасности во время проведения п/игр. Рассказать значение п/игр для детского организма. Развивать физические и двигательные качества: ловкость, внимание, быстроту Разучить правила п/игр	<b>Научаться:</b> -соблюдать ТБ на уроках п/игр; -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		16-н

				качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, равновесие	собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	достижении поставленных целей		
46	Проведение подвижной игры «Цепи кованные»	1	Формировать умение ориентироваться на слово при организации действий как условие развития его произвольности Развитие меткости, находчивости, ловкости; умение ориентироваться в пространстве	<b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
47	Проведение п/игры «Круговая охота»	1	Разучить правила организации и проведения п/игры; Формировать технику двигательного действия в игре: слуховое восприятие и внимание, быстроту и ловкость, меткость в цель	<b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированно сть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
48	Организация и проведение п/игры на оценку	1(к)	Определить организаторские способности проведения п/игр и знание правил п/игры на оценку по выбору обучающихся.	<b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность; -применяют лидерские качества личности в	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированно сть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		17-н

			проведении и участии в игре	решению в совместной деятельности.			
--	--	--	--------------------------------	------------------------------------	--	--	--



			проведения игры на снегу по выбору;					
52	<b>Способы ФД:</b> <i>Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур. Выполнение комплекса ФУ на формирование правильной осанки.</i>	1	-составляют режим дня и режим спортивной тренировки; -знают правила закаливания и проводят закаливающие процедуры по утрам; -проводят комплекс ФУ на формирования правильной осанки и следят за своей спиной во время письма в классе	<b>Научаться:</b> -знают значение правильной осанки; -определяют последовательность и время выполнения деятельности в течении дня; -знают, как укреплять свой организм; -соблюдают правила закаливания и проводят закаливающие процедуры; -выполняют комплекс упражнений на осанку	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
53	<i>Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки). П/и: «Догони впереди идущего!»</i>	1	-проведение комплекса упражнений разминки; -отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники ступающего шага, скользящего шага без палок; -отработка техники поворотов переступанием; Организация проведения игры на снегу;	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки; -выполняют технику ступающего шага, скользящего шага без палок; -выполняют технику поворотов переступанием; Организовывают проведение п/игры на улице	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
54	Комплекс общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах. П/и: «По следам»	1	-проводят комплекс упражнений специальной разминки на равновесие; -отработка техники ступающего и скользящего шага; -организуют п/игру «По следам!»	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений равновесия; -выполняют технику ступающего и скользящего шага; -организуют п/игру	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		19-н
55	Скольжение на правой	1	-проводят разминку на	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> ориентируются в	<b>Личностные:</b>		

	(левой) ноге после двух, трех шагов. П/и: «Чай, чай - выручай!»		гибкость; -отрабатывают технику поворотов переступанием; -отрабатывают технику скольжения попеременным душажным ходом; -участвуют в п/игре «Чай, чай – выручай!»	-знают комплекс упражнений разминки на гибкость; -выполняют технику поворотов переступанием; -выполняют технику скольжения попеременным душажным ходом; -проводят п/игру	разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
56	Скольжение на правой (левой) ноге после двух, трех шагов.	1	-проводят разминку на гибкость; -отрабатывают технику поворотов переступанием; -отрабатывают технику скольжения попеременным душажным ходом; -участвуют в п/игре «Чай, чай – выручай!»	<b>Научаться:</b> -знают комплекс упражнений разминки на гибкость; -выполняют технику поворотов переступанием; -выполняют технику скольжения попеременным душажным ходом; -проводят п/игру	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
57	Техника стойки во время спуска на лыжах. Спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах. П/и: «Снежки»	1	-организуют проведение разминки на лыжах; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -отрабатывают технику стойки во время спуска; -проводят п/игру «Снежки»	<b>Научаться:</b> -знают комплекс упражнений разминки на снегу; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		20-н
58	<b>Способы ФД:</b> <i>Измерение длины и массы тела. Определение правильной</i>	1	-рассказать, как проходит рост организма человека (просмотр интернет);	<b>Научаться:</b> -определять физическое развитие как процесс взросления человека;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со		



	<i>осанки.</i>		-знают показатели физического развития; -измеряют собственные показатели физического развития (рост, вес); -проводят комплекс упражнений на осанку; -следят за осанкой в положении сидя, стоя	-называть основные показатели физического развития; -измерять показатели физического развития самостоятельно (с помощью сверстника, родителей)	<b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
59	Техника равновесия. Подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. П/игра: «Сороконожка»	1	-организуют проведение разминки на лыжах; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -отрабатывают технику стойки во время спуска в низкой стойке ; -проводят п/игру «Сороконожка»	<b>Научаться:</b> знают комплекс упражнений разминки на снегу; --выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -выполняют технику равновесия на лыжах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
60	<i>Развитие выносливости:</i> передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности П/игра: «Салки мячом»	1	-организуют проведение разминки на лыжах; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -отрабатывают технику стойки во время спуска; -проводят п/игру «Салки мячом»	<b>Научаться:</b> -знают комплекс упражнений разминки на снегу; -выполняют технику стойки и скольжения после отталкивания; -демонстрируют технику стойки на лыжах в перемещении; -организуют п/игру среди сверстников	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		21-н
61	Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности.	1	-проведение комплекса упражнений разминки; -отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники ступающего шага, скользящего шага без палок;	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки; -выполняют технику равновесия на лыжах; -выполняют технику ступающего шага, скользящего шага без палок;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию;	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

			-отработка техники скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности; Организация проведения игры на снегу;	-выполняют технику скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности; -организуют п/игру на снегу;	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.		
62	<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность:</b> <i>комплекс упражнений утренней зарядки на лыжах</i>	1	-влияние упражнений на группы мышц; -проведение комплекса зарядки; -организация проведения п/игры на развитие физических качеств	<b>Научаться:</b> -определять, для какой группы мышц предназначено упражнение; -называть последовательность выполнения упражнений; -самостоятельно составлять комплекс упражнений зарядки	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	
63	Передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, с ускорениями	1	-проведение комплекса упражнений разминки; -отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков с ускорением;	<b>Научаться:</b> - проводят комплекс упражнений разминки; - отработка техники равновесия на лыжах; -отработка техники скольжения в режиме умеренной интенсивности в чередовании с прохождением отрезков с ускорением;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	22-н
64	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Передвижение скользящим шагом по прямой.	1	Передвижение скользящим шагом под пологий уклон. Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку», «Самокат»	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки; -выполняют технику стойки под пологий уклон; -организуют п/игру	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	

					контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
65	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Передвижение скользящим шагом по кругу.	1	-то же под пологий уклон с широкими размахиваниями руками; -то же с палками держа их за середину; - игра «Кто быстрее!»	<b>Научаться:</b> -выполняют широкий размах руками под пологий уклон на лыжах; - выполняют широкий размах руками под пологий уклон на лыжах, держа палки за середину; -проводят и участвуют в п/игре	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
66	Передвижение скользящим шагом без палок 100 м. Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.	1	-поворот переступанием вокруг пяток лыж; -передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню	<b>Научаться:</b> -выполняют повороты переступанием вокруг пяток; -выполняют передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		23-н
67	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Торможение «плугом»	1	-подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке; -подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.	<b>Научаться:</b> -выполняют технику ступающим шагом в основной стойке; -выполняют подъем ступающим шагом	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

					деятельности.			
68	Спуск в основной стойке на оценку. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом. Торможение «плугом»	1	Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?».	<b>Научаться:</b> -выполнение техники стойки на лыжах; -выполнение техники скольжения на дистанции; -выполнение техники торможения приседом	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
69	Выполнение контрольных упражнений: техника скольжения, поворотов на месте переступанием, торможение «плугом».	1(к)	-выполняют специальную разминку; -выполняют технику скольжения по дистанции, повороты на месте переступанием, торможение «плугом» в стойке; -знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценку учителя	<b>Научаться:</b> -проводят самостоятельно разминку на лыжах; -демонстрируют технику скольжения по дистанции; -выполняют технику поворотов переступания на месте, торможение «плугом»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		24-н
<b>3 КЛАСС                    III ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Плавание – 6ч</b>								
70	ТБ на уроках плавания. Основные понятия и стили плавания. Комплекс упражнений «зарядка пловца».	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -соблюдать технику безопасности на уроках плавания; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
71	Упражнения на	1	-просмотр интернет	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> используют общие	<b>Личностные:</b>		

	преодоление боязни воды. Правила закаливания водой.		видео	-знают, с помощью каких упражнений можно преодолеть боязнь воды; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца»; -проводят закаливания, соблюдая правила; -организуют п/игру «Салки с мячом»	приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, развивают чувство мяча, совершенствование высокой культуры движений		
72	Подготовительные упражнения в воде «поплавок». Правила вхождения в воду.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают и соблюдают правила вхождения в воду; -организуют п/игру: «Перебежки»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		25-н
73	Подготовительные упражнения в воде «Медуза» Техника плавания кролем на груди, на спине	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца» -организуют п/игру: «Метко в цель»	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
74	Подготовительные упражнения в воде «Звездочка». Техника плавания баттерфляй.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца» -организуют п/игру: «Гонка	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла		

				мячей»	<b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	учения		
75	Подготовительные упражнения в воде: скольжение на груди, на спине. Техника плавания брассом.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают стили плавания; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца» -организуют п/игру по выбору	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		26-н

### 3 КЛАСС

### III ЧЕТВЕРТЬ

#### **Подвижные игры с основами спорт игр ПИНГ-ПОНГ: 6 ч (1к)**

76	Т.Б. на уроках спортивных играх – настольный теннис. Техника подачи в стойке игрока.	1	-разучить правила техники безопасности на уроках спортивных играх; -учить технике стойки и владения ракеткой; -учить технике подбивания т/шарика ракеткой; -учить технике подачи в игре;	Научаться: -соблюдать технику безопасности на уроках спортивных игр; -выполнять технику стойки игрока и перемещения; -выполнять технику равновесия и подбивания т/шарика ракеткой; -выполнять технику имитации подачи; -выполнять удар т/шарика после подбрасывания.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, развивают чувство мяча, совершенствование высокой культуры движений		
77	Комплекс ОРУ с т/шариком и т/ракеткой в разминке. Техника подачи.	1	-учить технике владения т/шарика и ракеткой; -учить технике подачи в игре; -учить стойке в игре н/теннис -развивать координационные способности	Научаться: -соблюдать технику безопасности в игре н/теннис; -выполнять технику стойки в игре; -выполнять ловлю шарика одной рукой; -выполнять удар по т/шарику после подбрасывания в стойке	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
78	Техника игры: подача справа по диагонали.	1	-развивать двигательные качества	Научаться: -соблюдать правила	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач;	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение		27-н

			(прыгучесть, быстрота, ловкость, внимание); -учить технике подачи справа в стойке;	поведения в спортивном зале; -выполнять технику подачи справа;	<b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
79	Техника подачи слева по диагонали, прием подачи в стойке.	1	-учить технике подачи слева по диагонали; -учить технике приема подачи в игре; -развивать точность движений через комплекс ФУ с т/шариком и т/ракеткой.	Научаться: -соблюдать правила поведения в спортивном зале; -выполнять технику подачи слева по диагонали; -выполнять технику приема т/шарика в игре;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
80	Выполнение контрольных упражнений в игре пинг-понг: подача и прием в игре.	1(к)	-развивать двигательные качества (прыгучесть, быстрота, ловкость, внимание); -учить технике подачи справа в стойке; -оценить деятельность по технике игры в пинг-понг;	Научаться: -соблюдать правила поведения в спортивном зале; -выполнять технику подачи слева по диагонали; -выполнять технику приема т/шарика в игре; -адекватно реагируют на оценку учителя и высказывают своё мнение;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
81	Техника игры через сетку: розыгрыш, подача, игра на счет. Освоение правил судейства в игре н/теннис.	1	Как играть в пинг-понг по правилам? Цель: -объяснить правила игры; -совершенствовать технику подачи и	Научаться: -соблюдать правила игры в пинг-понг; -выполнять технику игры в пинг-понг; -судить игру пинг-понг по правилам;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		28-н

			прием в игре; -вести счет в игре по правилам		контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
--	--	--	--	--	--	--	--	--



№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>3 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Подвижные игры с основами спорт/игр волейбол: 8 часов 1(к)</b>								
<b>Способы ФД – 1 ч Физкут-оздоровит. деятельность - 1 (к)</b>								
82	Инструктаж ТБ на уроках п/игр с элементами игры волейбол. Верхняя и нижняя передачи мяча в парах.	1	-читают инструктаж ТБ по подвижным и спортивным играм; ОРУ с мячом. Ведение мяча на месте и в движении (правой, левой рукой). Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча»	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж ТБ в игре с мячом и правила поведения в зале; -выполняют упражнения с мячом в парах на ловлю и броска одной рукой; -владеют мячом в колонне и в эстафетах; -организуют п/игру между собой на овладение мячом;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
83	Обучение игре пионербол через сетку. Техника броска и ловли мяча через сетку. Эстафета с ведением мяча.	1	Передача мяча в парах. Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа. Эстафеты с ведением мяча.	<b>Научаться:</b> -знают правила бросок и ловлю мяча одной рукой; -выполняют технику игры через сетку в игре; -демонстрируют двигательные качества в игре: бег, повороты направо,нале-во, кругом, ведение мяча одной рукой	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
84	Расстановка игроков на площадке. Правила перехода на площадке. Техника броска одной рукой и ловли мяча через сетку.	1	ОРУ с мячом в парах. Ведение мяча на месте. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа.	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с мячами на гибкость и подвижность суставов; -выполняют ведение мяча и бросок одной	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		29-н

				рукой; -знают и выполняют расстановку на площадке и правила перехода в игре; -демонстрируют ловлю мяча и три шага к сетке, бросок через сетку	необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	достижении поставленных целей		
85	Техника подачи мяча. Ловля подачи, передача, бросок одной рукой.	1	ОРУ с мячом в парах Отработка имитации движений подачи мяча одной рукой; Метание малого мяча на дальность и через сетку; Бросок мяча через с сетку с разных расстояний. Игра через сетку на очки	<b>Научаться:</b> -знают, как выполнять подачу одной рукой и выполняют её в игре; -проводят комплекс упражнений разминки с мячом в парах; -играют через сетку по командам на счет; -самостоятельно ведут счет в игре	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
86	<b>Способы ФД:</b> <i>Организация и проведение п/игры на ловкость и равновесие</i>	1	-проводят комплекс упражнений разминки с мячами; -проводят команды на внимание (Напра-во, нале-во, кругом!); -организует проведение п/игры «Перехвати мяч»	<b>Научаться:</b> Выполняют комплекс упражнений разминки в игре волейбол; -демонстрируют координацию движений в строю; выполняют команды на внимание; -проводят п/игру по правилам;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
87	Техника подачи мяча. Ловля подачи, передача, бросок одной	1	ОРУ с мячом в парах Отработка имитации движений подачи мяча	<b>Научаться:</b> -знают, как выполнять подачу одной рукой и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и		30-н

	рукой.		одной рукой; Метание малого мяча на дальность и через сетку; Бросок мяча через с сетку с разных расстояний. Игра через сетку на очки	выполняют её в игре; -проводят комплекс упражнений разминки с мячом в парах; -играют через сетку по командам на счет; -самостоятельно ведут счет в игре	понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
88	Подача мяча и ловля в прыжке. Игра спиной у сетки.	1	ОРУ с мячом в парах. Отработка имитации движений подачи мяча одной рукой; Метание малого мяча на дальность и через сетку; Бросок мяча через с сетку с разных расстояний. Выполнение броска мяча через сетку спиной вперед. Игра через сетку на очки	<b>Научаться:</b> -знают, как выполнять подачу одной рукой и выполняют её в игре; -проводят комплекс упражнений разминки с мячом в парах; -играют через сетку по командам на счет; -самостоятельно ведут счет в игре	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
89	<b>Физкульт-оздоровит. деятельность:</b> Организация п/игры с мячом для развития точности движений	1(к)	-проводят разминку на развитие физических качеств; -подготавливают место для проведения п/игр; -проявляют доброжелательность и взаимопонимание между собой в игре	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения разминки на физические качества; -организовывать места для проведения п/игры; -общаться и взаимодействовать в процессе п/игр	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

90	Подача и ловля мяча в игре пионербол. Действия «финт» в игре у сетки.	1	-проводят разминку на развитие физических качеств; -подготавливают место для проведения п/игр; -проявляют доброжелательность и взаимопонимание между собой в игре	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения разминки на физические качества; -организовывать места для проведения п/игры; -общаться и взаимодействовать в процессе п/игр	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность. Трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		31-н	
91	Выполнение контрольных упражнений в игре: подача мяча одной рукой через сетку, ловля мяча, игра через сетку.	1(к)	ОРУ с мячом в парах Отработка имитации движений подачи мяча одной рукой; Подача мяча одной рукой; ловля мяча, игра через сетку. Бросок мяча через с сетку с разных расстояний. Игра через сетку на очки	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки с мячом в парах; -демонстрируют технику подачи одной рукой в стойке игрока; -демонстрируют ловлю мяча и бросок через сетку одной рукой; -демонстрируют игру у сетки; взаимодействие игроков между собой	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях			
<b>2 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ</b>									
<b>Легкая атлетика - 11ч (3к)</b>									
92	Т.Б. на уроке л/атлетики. Техника старта.	1	-рассказать о правилах ТБ на уроках л/а; -совершенствовать двигательные качества: перебежки, ускорения, приставной шаг, прыжки; -повторить технику старта; -организовать п/и: «Салки-догонялки»	<b>Научаться:</b> -знают и применяют правила ТБ на уроках л/а; -выполняют двигательные качества: перебежки, ускорения, приставной шаг, прыжки; -демонстрируют	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения			

				технику старта; -организуют п/и среди сверстников на быстроту и ловкость	действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия			
93	Техника низкого старта, разгон по прямой, финиш.	1	-повторить технику старта; -обучать технике разгона на короткие дистанции; -развивать мышцы ног и рук; -совершенствовать технику бега в парах на короткие дистанции 30 м	<b>Научаться:</b> -выполнять технику старта; -демонстрировать технику разгона на короткие дистанции; -проводить комплексы упражнений на укрепление мышц ног и рук; -проводить самостоятельно п/и во дворе	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		32-н
94	Тесты общей физической подготовки: в беге на 30м., 3 по 10м	1(к)	-продолжить учить технику разгона после старта в парах; -развивать гибкость, силу мышц рук и ног; -развивать внимание, быстроту и ловкость в игровых упражнениях; -определить уровень физической подготовки;	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику разгона после старта; -выполняют самостоятельно упражнения на укрепление мышц рук и ног; -включают внимание, быстроту и ловкость в игровых упражнениях; -знают нормы ГТО по возрасту; -адекватно воспринимают оценку учителя	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	<b>Личностные:</b> раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
95	Техника прыжка в длину с места. Игра: футбол.	1	-повторить технику прыжка в длину с места; -развивать технику отталкивания и приземления; -развивать координацию	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику прыжка в длину с места; -демонстрировать технику отталкивания	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и		

			<p>движений и быстроту темпа движений (от медленного к быстрому);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-определить уровень физической подготовки в прыжке в длину с места;</li> <li>-совершенствовать двигательные качества в игре;</li> </ul>	<p>я и приземления;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знают нормы ГТО по возрасту и самостоятельно определяют свой уровень;</li> <li>-применять способности ловкости и быстроты в беге и в прыжках, в п/играх;</li> </ul>	<p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия;</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>формирование личностного смысла учения.</p>		
96	Техника прыжка в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги».	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-учить технике разбега по прямой;</li> <li>-развивать ритмичность движений ног и рук в отталкивании и приземлении;</li> <li>-учить технике прыжка с подтягиванием ног к груди;</li> <li>-провести п/игру: «Выше ноги от земли» со скакалкой</li> </ul>	<p><b>Научаться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять разбег по прямой;</li> <li>-выполнять ритмичность движений ног и рук в отталкивании и приземлении;</li> <li>-выполнять технику согнув ног в прыжке;</li> <li>-организовать п/игру по правилам (правила придумывают ΔΔ)</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p>		33-н
97	Тестирование общей физической подготовки: бег 300м с учетом времени.	1(к)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-повторить технику старта и стартового разгона;</li> <li>-совершенствовать технику спецбеговых упражнений;</li> <li>-развивать мышцы рук, ног, спины;</li> <li>-определить уровень физической подготовки обучающихся в беге на 300 м;</li> <li>-повышать коммуникативность в классе через п/игры</li> </ul>	<p><b>Научаться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-демонстрируют технику старта и стартового разгона;</li> <li>-выполняют технику спецбеговых упражнений;</li> <li>-самостоятельно проводят упражнения на мышцы рук, ног, спины;</li> <li>-знают нормы ГТО по возрасту и самостоятельно определяют свой уровень;</li> <li>-используют диалог в организации и</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		

				проведении п/игры				
98	Техника равномерного бега до 1000 м Техника дыхания по дистанции	1	-совершенствовать технику старта и стартового разгона, правила финиширования; -повторить технику отталкивания и приземления с ноги на ногу в спецбеговых упражнениях; -укреплять мышцы голенистопа и верхних мышц бедра; -определить уровень физической подготовки обучающихся в беге на 300 м; -повышать коммуникативность в игре футбол	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику старта и стартового разгона, правила финиширования; -выполняют технику отталкивания и приземления с ноги на ногу в спецбеговых упражнениях; -проводят комплекс упражнений на укрепление мышц голенистопа и верхних мышц бедра; -знают нормы ГТО по возрасту и самостоятельно определяют свой уровень; -ведут диалог в организации и проведении п/игры	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
99	Техника метания т. мяча с места, с разбега на дальность и в цель. П/и: «Вышибалы!»	1	-обучить технике стойки при метании с места способом «из-за плеча» в цель; -учить технике разбега и остановки у линии в метании мяча на дальность; -укреплять верхний плечевой пояс, мышцы спины; -организовать п/игру на перемещение;	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику стойки при метании с места способом «из-за плеча» в цель; -демонстрируют технику разбега и остановки у линии в метании мяча на дальность; -проводят комплекс упражнений на верхний плечевой пояс, мышцы спины;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		34-н

				-проводят среди сверстников п/игу с бегом				
100	Встречная эстафета 4 по 30 м.	1	-рассказать, что такое встречная эстафета (видеоролик); -учить технике перемещения встречной эстафеты; -учить технике передачи эстафетной палочки; -развивать мелкую моторику; -развивать двигательные качества быстроты и ловкости;	<b>Научаться:</b> -знают понятие - встречная эстафета; -демонстрируют технику перемещения встречной эстафеты; -демонстрируют технику передачи эстафетной палочки; -владеют способностью мелкой моторики с предметами; -демонстрируют быстроту и ловкость во встречной эстафете	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
101	Техника круговой эстафеты. П/игра «Охотники и утки»	1	-рассказать, что такое круговая эстафета и передача эстафетной палочки (видеоролик); -учить технике передачи эстафетной палочки; -укреплять мышцы кистей рук; спины, живота; -развивать скоростные качества в спецбеговых упражнениях; -организовать п/и с мячом	<b>Научаться:</b> -знают понятие - круговая эстафета и как выполняется передача эстафеты; -демонстрируют технику передачи эстафетной палочки; -демонстрируют скоростные качества в эстафете; -проводят комплекс упражнений на мышцы кистей рук; спины, живота; -используют речь в организации проведения п/игры: «Охотники и утки»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
102	Контроль двигательных качеств: подтягивание на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивание на	1(к)	-закрепить навык правильного выполнения прямого хвата при подтягивании	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения для развития силы и ловкости	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		



	перекладине (мальчики). П/игра: «Прокати мяч!»				упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия.			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре**  
**адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ТНР**  
**на 2023 – 2024 учебный год 4 класс**

№ п/п	Раздел программы	Часы	Класс /четверть				Кол-во контрольных работ
			4 класс (102ч)				
			I	II	III	IV	
<b>1</b>	<b>Знания о физической культуре</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>			<b>-</b>
1.1	Физическая культура		1				
1.2	Из истории физической культуры		1				
1.3	Физические упражнения			1			
<b>2.</b>	<b>Способы физкультурной деятельности</b>	<b>3</b>			<b>2</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
2.1	Самостоятельные занятия				1		
2.2	Самостоятельные наблюдения и физическая подготовка				1		
2.3	Физическая подготовка: самостоятельные игры и развлечения					1	
<b>3.</b>	<b>Физическое совершенствование</b>						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	<b>2</b>			1	1	1
<b>4.</b>	<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>						
4.1	Гимнастика с основами акробатики	16		16			2
4.2	Легкая атлетика	27	16			11	4
4.3	Лыжные гонки	18			18		1
4.4	Плавание	6			8		-
4.5	Подвижные (спортивные) игры	9	9				
	• п/и разных народов	4		4			1
	• с основами сп/и баскетбол	4			4		1
	• с основами сп/и футбол	8				8	1
	<b>Итого:</b>	<b>102</b>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре  
адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ТНР  
на 2023 – 2024 учебный год 4 класс**

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>4 КЛАСС I ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Легкая атлетика - 16ч (2к)</b>				<b>Знания о ФК – 2ч</b>				
1	Техника безопасности на уроках л/а. Построение в шеренгу, колонну, выполнение строевых команд. Разучивание ОРУ комплекса утренней гимнастики. П/и: «Салки»	1	-закрепить навыки построений и перестроений; -развивать координацию движений в упражнениях утренней гимнастики	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила безопасного поведения в спортивном зале и на спорт/площадке; -выполняют команды: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; -организуют и проводят п/игры	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют технику старта и разгона по дистанции; объясняют правила п/игры; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Лях В.И. Мой друг – физкультура: Учеб. Для учащихся 1-4 кл. нач. шк./В.И. Лях – 2 изд. – М.: Просвещение, 2014 – 192с.	1-н
2	Техника старта и старт. разгона в челночном беге 3 по 10 м. П/игра: «Команды быстроногих»	1	-учить технике челночного бега; -разучить правила бега в парах;	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения; -технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; кратко характеризуют историю возникновения физической культуры и первых соревнований; объясняют правила проведения весёлых стартов. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Научаться:</b> -знают историю физической культуры; -выполняют упражнения на освоение двигательных и физических качеств; -демонстрируют соревновательную деятельность через форму организации весёлых стартов		

					<i>Личностные:</i> принимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.			
3	Совершенствование строевых упражнений. Контроль двигательных качеств: бег 30 м., челночный бег 3 по 10м.	1(к)	-совершенствовать технику спец/беговых упражнений; -развивать скорость в парах на дистанции 30 м; -определить уровень показателей физической подготовки на дистанции 30м., 3 по 10м; -развивать коммуникативные навыки в беге	<b>Научатся:</b> -выполняют построение и строевые команды; -демонстрируют технику старта, разгона и финиширования в беге; -демонстрируют диалог в общении между собой;	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<i>Личностные:</i> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль.		
4	<b>Знания о ФК:</b> <i>Физическая нагрузка и её влияние на повышение ЧСС</i>	1	От чего зависит физическая нагрузка и как её регулировать? -рассказать и просмотр интернет передачи: физ. нагрузка как мышечная работа, повышающая уровень активности систем организма. способы регулирования физ. нагрузки. Роль отдыха во время выполнения ФУ и его значение в регулировании физ. нагрузок	<b>Научатся:</b> -приводить примеры, раскрывающие связь между изменением показателей мышечной работы и частотой дыхания и пульса; -характеризовать основные способы изменения нагрузки, приводить примеры изменения величины нагрузки за счет изменения скорости и продолжительности выполнения упражнения, за счет дополнит. отягощений; -характеризовать зависимость между величиной нагрузки и наступлением утомления; -характеризовать зависимость между временем отдыха и началом выполнения	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми; самоанализ и самоконтроль результатов спортивных показателей		2-н

				последующей нагрузки			
5	Техника бега на 60 м с высокого и низкого старта. Игра-эстафета «За мячом противника»	1	-учить технике бега с высокого и низкого старта; -развивать скоростно-силовые качества в спец/беговых упражнениях; -совершенствовать коммуникативные качества в п/играх	<b>Научаться:</b> -выполняют технику высокого и низкого старта; -демонстрируют скоростно-силовые качества в беге на 60 м; -используют диалог в общении	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	
6	Техника метания теннисного мяча. Тестирование общей физической подготовки: бег 60м с высокого старта	1	-совершенствовать технику бега на 60 м с высокого старта на время; -закреплять технику метания мяча на дальность; -развивать скоростно-силовые качества в двигательных действиях	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику высокого старта в беге на 60м; -демонстрируют средние и высокие показатели в беге на 60 м; -выполняют технику метания мяча способом «из-за спины через плечо»; -демонстрируют физические качества: скорость и ловкость	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; кратко характеризуют историю возникновения физической культуры и первых соревнований; объясняют правила проведения весёлых стартов. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> принимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.	
7	Техника метания теннисного мяча в цель и на дальность с места и с разбега	1	-закреплять технику метания мяча на дальность; -определить показатели общей физической подготовки в метании на дальность; -развивать скоростно-силовые	-выполняют технику метания мяча способом «из-за спины через плечо»; -демонстрируют физические качества: скорость и ловкость	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; кратко характеризуют историю возникновения физической культуры и первых соревнований; объясняют правила проведения весёлых стартов. <b>Регулятивные:</b> принимают и	<b>Личностные:</b> принимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание	

			качества в двигательных действиях		сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	учиться.		
8	Техника встречной эстафеты. П/игра: «Вызов номеров!»	1	-учить технике передачи эстафеты; -развивать скоростно-силовые качества в беге; - разучить правила п/игры «Вызов номеров»	<b>Научаться:</b> -выполнять технику встречной эстафеты; -выполнять упражнения на скорость; -проводить п/и по правилам среди сверстников	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		3-н
9	Совершенствование техники бега. Тестирование общей физической подготовки: бег 500 и 1000 м	1(к)	-совершенствовать технику дыхания в равномерном темпе в беге по дистанции; -совершенствовать технику работу рук и ног в беге по дистанции; -провести комплекс упражнений на восстановление дыхания; -определить уровень физической подготовки обучающихся (низкий, средний, высокий)	<b>Научаться:</b> -выполняют технику дыхания в равномерном темпе в беге по дистанции; -выполняют технику работу рук и ног в беге по дистанции; -проводят комплекс упражнений на восстановление дыхания после физической нагрузки	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
10	Техника прыжков высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». П/и: «Погоня»	1	-учить выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки вверх и в длину, соблюдая правила техники безопасности	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;		4-н

				и ног в прыжках вверх и в длину; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	<b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
11	Техника прыжков высоты с прямого разбега способом «согнув ноги». П/и: «Снайпер»	1	-учить выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки вверх и в длину, соблюдая правила техники безопасности	<b>Научаться:</b> -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
12	Техника быстрой ходьбы с переходом на бег 3 по 20, финиширование. Тесты общей физической подготовки: поднимание и опускание туловища за 30 секунд. Игра в футбол	1	-учить технике быстрой ходьбы до 20 м; -учить технике перехода с шага на бег; -определить показатели уровня физической подготовки: подъем туловища из положения лежа на спине, ноги согнуты в коленях за 30 сек.; -соблюдать правила игры в футбол;	<b>Научаться:</b> -выполнять технику быстрой ходьбы; -выполнять технику перехода с шага на бег; -знать и применять правила в игре футбол;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
13	<b>Знания о ФК:</b> Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.	1	-просмотр интернет-передачи о развитие ФК в России; -роль знаменитых людей России в развитии ФК и спорта; -необходимость регулярных	-приводить примеры из истории спортивных состязаний народов России; -раскрывать роль и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют		5-н

			занятий физической подготовкой;	значение занятий ФК в подготовке офицеров и солдат русской армии, в крупных победах русской армии; -характеризовать роль знаменитых людей России в развитии ФК и спорта (Ф.Ф. Ушаков, А.В. Суворов); -объяснять зависимость между регулярными занятиями физ. подготовкой и улучшением показателей развития физ. качеств.	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
14	Тестирование качеств физической подготовки: подтягивание на перекладине (мальчики); подтягивание из положения снизу (девочки). Игра в футбол	1(к)	-учить комплексу подготовительных упражнений на освоение техники подтягивания; -развивать силовые качества верхнего плечевого пояса; -развивать коммуникативность в игре футбол	<b>Научаться:</b> -выполняют комплекс подготовительных упражнений на освоение техники подтягивания; -демонстрируют силовые качества верхнего плечевого пояса; -используют диалог в общении со сверстниками и взрослыми	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
15	Техника равномерного бега до 400 м. Техника высокого и низкого старта, стартового ускорения. Игра: «Подвижная цель»	1	-учить технике равномерного бега до 400 м; -закрепить навыки выполнения высокого и низкого старта; -совершенствовать технику стартового ускорения	<b>Научаться:</b> -равномерно распределяют свои силы для завершения длительного бега; -выполняют технику высокого и низкого старта перед бегом; -демонстрируют технику стартового ускорения	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		



					собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.			
16	Круговая эстафета. Техника передачи эстафетной палочки. Игра в футбол	1	- развитие координации движений, ориентации в пространстве в спец – беговых упражнениях; -учить технике передачи палочки в круговой эстафете; -совершенствовать технику финиширования	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения на ловкость и ориентировку в пространстве; -выполнять технику передачи эстафетной палочки; -демонстрировать технику финиширования на дистанции 300 м	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
17	Техника круговой эстафеты на этапе 60 м. Игра в футбол	1	-развитие координации движений, ориентации в пространстве в спец – беговых упражнениях; -учить технике передачи палочки в круговой эстафете; -совершенствовать технику финиширования	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения на ловкость и ориентировку в пространстве; -выполнять технику передачи эстафетной палочки; -демонстрировать технику финиширования на дистанции 300 м	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
18	Техника равномерного бега до 1500 м. Игра футбол.	1	-учить технике равномерного бега до 1500 м; -закрепить навыки выполнения высокого старта и финиширования; -совершенствовать технику игры в футбол	<b>Научаться:</b> -равномерно распределяют свои силы для завершения длительного бега; -выполняют технику высокого старта перед бегом; -демонстрируют технику стартового ускорения и финиширования;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		6-н

**4 КЛАСС      I ЧЕТВЕРТЬ**  
**Подвижные (спортивные) игры: 9 часов**

19	Т.Б. на уроках подвижных игр. Освоение бега в различных направлениях (змейка, улитка, крендель и др.) в игре «Дорожки!»	1	-провести инструктаж ТБ; -рассказать о «королеве спорта», Л/а; -изучить технику бега в различных направлениях	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила безопасного поведения на занятиях ФК, использовать знания и умения в практической деятельности. -проводить п/игру с бегом «Дорожки»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		7-н
20	Быстрота реакции, координация движений в беговых упражнениях. П/и: «Берегись!»	1	-развивать физические качества быстрота реакции, ловкость в беге; -изучить правила п/игры: «Берегись!»	<b>Научаться:</b> -демонстрируют двигательные и физические качества в беге; -организуют п/игру на ловкость, подвижность, коммуникативность; -организуют досуг дня п/играми	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> активно включаются в коллективную деятельность, взаимодействуют со сверстниками в достижении общей цели.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
21	<i>Беседа: «Цель и задачи наблюдения за показателями индивидуального физического развития и физической подготовленности».</i> П/и: «Запрещенное движение!».	1	-рассказать о понятии физической подготовки; -изучить нормативные данные, определяющие уровень физ/подготовки; -развивать внимание в п/игре «Запрещенное движение!» -оценить деятельность обучающихся по выступлению доклада; ответов на вопросы	<b>Научаться:</b> -знают понятие физической подготовки; -знают и сравнивают собственные показатели с нормативными; -определяют уровень развития физ/подготовки; -проводят п/игру среди сверстников; -дают оценку (комментируют) друг друга по выступлению	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				доклада; ответов на вопросы				
22	Техника ведения и остановки мяча. Обводка предметов и удар по воротам. П/и: «Зевака!» «Черные и белые!»	1	-обучить технике игры в футбол (ведение мяча, остановка, обводка предметов) в парах; -развивать точность движений; -развивать коммуникативность в игровых упражнениях	<b>Научаться:</b> -выполняют технику игры в футбол (ведение мяча, остановка, обводка предметов) в парах; -выполняют точность движений приемы игры в футбол; -используют диалог в общении с друг с другом	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность. Трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		8-н
23	Техника отталкивания и приземления с прохождением препятствий разной высоты. Техника подбивания мяча до 10 р. П/и: «Перехвати мяч!»	1	-учить технике отталкивания и приземления с одной ноги на другую, с двух ног; -развивать точность, ритмичность движений в прохождении препятствий; -учить технике подбивания мяча; -развивать коммуникативность в подгруппах	<b>Научаться:</b> -выполняют технику отталкивания и приземления с одной ноги на другую, с двух ног; -демонстрируют двигательные качества: точность, ритмичность движений в прохождении препятствий; -демонстрируют технику подбивания мяча; -используют диалог в общении	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> владеют способами взаимодействия с окружающими людьми	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие		
24	Техника бега с ускорением и изменением направления движения по ориентирам и сигналу. Техника владения мячом. Игра в футбол	1	-совершенствовать технику бега с изменением направления движения по ориентирам и сигналу; -развивать быстроту, силовую скорость, внимание; -учить технике владения мячом (жонглирование, ведение, передачи, удары) в игре футбол	<b>Научаться:</b> -выполняют технику бега с изменением направления движения по ориентирам и сигналу; -демонстрируют двигательные качества: быстроту, силовую скорость, внимание;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла		

			-дать оценку технике выполнения элементов игры в футбол: ведение – остановка – удар по мячу	-выполняют технику владения мячом в игре футбол; -адекватно оценивают друг друга по выполнению двигательных действий в игре футбол	действия.	учения		
25	Техника передачи, остановки и удара мяча «щечкой» по воротам. Подбивание мяча. Игра в футбол	1	-учить технике передачи, остановки и удара мяча «щечкой» по воротам; -развивать «чувство мяча» способом подбивания мяча ногой; -развивать физические качества точности движений, быстроты, координации; -развивать коммуникативность в игровых заданиях	<b>Научаться:</b> -выполняют технику передачи, остановки и удара мяча «щечкой» по воротам; -демонстрируют способность подбивания мяча; -применяют накопленный опыт в двигательных действиях (передачи, остановки, удары мяча «щечкой»); -используют диалог в общении друг с другом; в игре	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		9-н
26	Развитие координации движений, быстроты реакции п/игре «Осали быстрее!» Игра в футбол	1	-развивать быстроту и силу методом круговой тренировки; -развивать внимание, быстроту реакции в игре, усложняя её условия проведения (два мяча); -развивать коммуникативность и доброжелательность в игре	<b>Научаться:</b> -выполняют ФУ на развитие физических качеств быстроты и силы; -составляют и проводят разминку; -выполняют и соблюдают новые правила в игре; -строят диалог, договариваются между собой, определяют стороны компромисса в игровых спорах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
27	Быстрота и внимание в п/и: «Быстрый!» «Догоняй!»	1	-разучить правила п/игр: «Быстрый!» «Догоняй!»; -развивать слуховое восприятие, сосредоточенность,	<b>Научаться:</b> -знают правила игры; -организуют игру среди	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и		

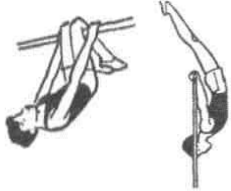




	канату. Равновесия		-совершенствовать технику лазания по канату; -развивать силовые качества и гибкость на уроках гимнастики; -развивать способность к равновесию на одной ноге	-выполняют технику лазания по канату; -выполняют строевые команды и перестроения; -демонстрируют физические качества гибкости и силы во время выполнения лазания по канату, в равновесиях на одной ноге; -взаимодействуют между собой с помощью диалога	<b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
29	Комплекс ФУ на укрепление верхнего плечевого пояса. П/и: «Много троих, хватит двоих!»	1	-проводят комплекс упражнений на укрепление верхнего плечевого пояса; -разучить п/игру: «Много троих, хватит двоих!»	<b>Научаться:</b> -составляют и проводят комплекс упражнений на укрепление верхнего плечевого пояса; -знают правила п/игры и проводят её на досуге дня	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
30 31	Техника акробатической комбинации - 1: мост из положения лежа на спине, опуститься в и.п., переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.	2	-обучить технике положение «мост»; -обучить технике в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; -развивать способность к группировке, гибкости, точности движений; -дать оценку технике выполнения акробатической комбинации	<b>Научаться:</b> -выполняют положение «мост»; -демонстрируют технику положения лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; -выполняют группировку движений; -адекватно оценивают технику акробатических комбинаций	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
32	Контрольное выполнение техники акробатической комбинации -1	1(к)	-проводят комплекс упражнений разминки на гибкость;	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику положения	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и		11-н

			-выполняют технику комбинаций упражнений на оценку; -адекватно воспринимают оценку учителя, знают параметры оценки	«мост»; -демонстрируют из положения лежа прыжок с опорой на руки в упор присев	задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
33	<b>Знания о ФК:</b> <i>Основные понятия «акробатическая комбинация»</i>	1	-рассмотреть понятие «акробатическая комбинация»; -составить и провести комплекс упражнений на укрепление верхнего плечевого пояса;	<b>Научаться:</b> -знают и составляют акробатические комбинации; -составляют и проводят комплекс упражнений на укрепление верхнего плечевого пояса;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
34	Техника кувырка вперед. Группировки, перекаты	1	-учить технике группировке на животе и спине с выходом в упор присев; -учить технике положения головы, рук и ног во время кувырка; -развивать точность движений, гибкость;	<b>Научаться:</b> -выполняют технику группировки на животе и спине с выходом в упор присев; -выполняют технику положения головы, рук и ног во время кувырка; -проявляют гибкость и точность движений в технике кувырка	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
35	Техника кувырка назад. Акробатика: «мост», «березка»	1	-учить технике кувырка назад; -развивать гибкость мышц спины, живота и ног; -развивать способность к равновесию	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику кувырка назад; -выполняют растяжку мышц спины, живота и ног; -выполняют технику положения равновесия: «мост», «березка»	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и		12-н

						формирование личностного смысла учения		
36 37	Техника акробатической комбинации - 2: 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.	2	-развивать гибкость и подвижность мышц и суставов; -провести комплекс упражнений стрейч-гимнастики; -развивать внимание, образное мышление, память в выполнении акробатики; -оценить выполнение акробатических комбинаций	<b>Научаться:</b> -выполняют упражнения на гибкость и подвижность мышц и суставов; -демонстрируют выполнение стрейч – упражнений; -выполняют акробатическую комбинацию на оценку 5 баллов	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
38	Контрольное выполнение техники акробатической комбинации -2	1(к)	-проводят комплекс упражнений разминки на гибкость; -выполняют технику комбинаций упражнений на оценку; -адекватно воспринимают оценку учителя, знают параметры оценки	<b>Научаться:</b> -демонстрируют кувырок вперед и назад до упора на коленях; -выполняют из упора на коленях переход в упор присев, кувырок вперед	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		13-н
39	Техника опорного прыжка «согнув ноги»: напрыгивание, прыгивание	1	-учить технике разбега и напрыгивания на мост; -учить технике постановки рук на снаряд и отталкивания от мостика; -учить технике приземления на снаряд и соскок прогнувшись	<b>Научаться:</b> -выполняют технику разбега и напрыгивания на мост; -выполняют технику постановки рук на снаряд и отталкивания от мостика; -выполняют технику приземления на снаряд и соскок прогнувшись	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
40	Опорный прыжок «согнув ноги». Равновесия на бревне	1	-совершенствовать технику прыжка «согнув ноги»: напрыгивание, прыгивание; -дать оценку технике	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику прыжка «согнув ноги»;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение		14-н

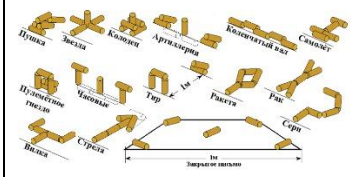


			<p>выполнения двигательного действия (самооценка);</p> <p>-развивать технику равновесия и шага на бревне</p>	<p>-адекватно оценивают технику опорного прыжка друг друга;</p> <p>-выполняют технику равновесия и шага на бревне</p>	<p>изменения в план действия.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
41	<p>Техника упражнений на низкой гимнастической перекладине:</p> <p>из виса стоя присев толчком двумя ногами переворот назад, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис, стоя и обратное движение через вис сзади со сходом вперед.</p>	1	<p>-обучить технике переворота назад в вис сзади согнувшись;</p> <p>-развивать силу мышц верхнего плечевого пояса;</p> <p>-развивать страховку друг друга;</p> <p>-развивать коммуникативность</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-выполняют вис на перекладине;</p> <p>-выполняют подъем ног;</p> <p>-выполняют подтягивание рук в упоре сзади;</p> <p>-выполняют страховку на перекладине;</p> <p>-корректируют технику выполнения друг друга</p>	<p>вис сзади согнувшись, опускание назад в вис:</p>  <p><i>Рис. 151</i>      <i>Рис. 149</i></p> <p><b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
42	<p>Техника гимнастической комбинации на перекладине: перемах толчком двумя ногами из виса стоя присев, в вис сзади согнувшись и обратно.</p>	1	<p>-учить технике вис на перекладине;</p> <p>-учить технике отталкивания двумя ногами из виса стоя присев;</p> <p>-учить технике положения вис сзади согнувшись;</p> <p>-учить технике выход обратно из положения вис сзади согнувшись</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-выполняют технику вис на перекладине;</p> <p>-выполняют технику отталкивания двумя ногами из виса стоя присев;</p> <p>-выполняют технику положения вис сзади согнувшись;</p> <p>-выполняют технику выход обратно из положения вис сзади согнувшись</p>	<p><b>Вис согнувшись:</b></p>  <p><b>Вис прогнувшись:</b></p>  <p><b>Познавательные:</b> ставят и</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;</p>		

					<p>формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>				
43	Техника гимнастической комбинации на перекладине: переворот толчком двумя из виса стоя присев, в вис согнувшись и обратно.	1	<p>-учить технике отталкивания двумя ногами из виса стоя присев;</p> <p>-учить технике вис согнувшись;</p> <p>- учить технике вис согнувшись с выходом обратно;</p> <p>-адекватно дают</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-выполняют технику отталкивания двумя ногами из виса стоя присев;</p> <p>-выполняют технику вис согнувшись;</p> <p>-выполнять технику вис согнувшись с выходом обратно;</p> <p>-дают оценку друг другу по технике двигательного действия;</p> <p>корректируют выполнение техники одноклассников</p>	<p><b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<b>Личностные:</b>			
44	Техника «подъем с переворотом» на перекладине.	1	<p>-учить технике отталкивания от опоры (стул) с выходом над перекладиной;</p> <p>-учить технике вис на согнутых руках (90°), ноги вместе;</p> <p>-учить технике вис в упоре на перекладине;</p> <p>-совершенствовать технику страховки выполнения двигательного действия;</p> <p>-формировать адекватную</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-выполнять технику отталкивания от опоры (стул), (без опоры) с выходом над перекладиной;</p> <p>-выполнять технику вис на согнутых руках (90°), ноги вместе;</p> <p>-выполнять технику вис в упоре на перекладине;</p>	<p>Техника «подъем с переворотом»</p>  <p>Рис. 156</p> <p><b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят</p>	<b>Личностные:</b>			15-н

			самооценку техники двигательного действия	-выполнять технику страховки выполнения двигательного действия; -оценивают технику двигательного действия, используют диалог в общении	изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.			
--	--	--	---	---	--	--	--	--

**4 КЛАСС                    II ЧЕТВЕРТЬ**  
**Подвижные игры разных народов 4 ч (1к)**

45	Техника безопасности на уроках подвижных игр разных народов. Проведение подвижной игры «Русская лапта»	1	<p>Формировать правила техники безопасности во время проведения п/игр. Рассказать значение п/игр для детского организма. Развивать физические и двигательные качества: ловкость, внимание, быстроту. Разучить правила п/игр: «Русская лапта»</p> 	<p><b>Научаться:</b> -соблюдать ТБ на уроках п/игр; -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, равновесие</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
46	Развитие техники метания в цель в игре «Городки»	1	<p>Развивать физические и двигательные качества: ловкость, внимание, быстроту. Разучить правила п/игр: «Городки»:</p> 	<p><b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, равновесие</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>		16-н

					решению в совместной деятельности.			
47	Развитие быстроты и ловкости в п/играх: «Пустое место» «Перебежки»	1	<p>-проводят разминку на гибкость и внимание;</p> <p><b>-Игра «Перебежки»:</b></p>  <p><b>-Игра «Пустое место»:</b></p> 	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-знают, как организовать досуг дня;</p> <p>-знают правила игры и соблюдают правила в игре;</p> <p>-демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, равновесие</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
48	Организация и проведение п/игры на оценку	1(к)	<p>Определить организаторские способности проведения п/игр и знание правил п/игры на оценку по выбору обучающихся.</p>	<p><b>Научаться:</b></p> <p>-знают, как организовать досуг дня;</p> <p>-знают правила игры и соблюдают правила в игре;</p> <p>-демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;</p> <p>-применяют лидерские качества личности в проведении и участии в игре</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>		



					совместной деятельности.			
52	<b>Способы ФД:</b> <i>Самостоятельные занятия по выполнению ФУ на развитие физических качеств</i>	1	-объяснить, для чего нужно самостоятельно заниматься ФУ; -показать (интернет), как развивать с помощью самостоятельных занятий физические упражнения; -проводить комплекс упражнений на быстроту и ловкость; -проводить самоконтроль физической нагрузки (измерение ЧСС)	<b>Научаться:</b> -знают, как влияют ФУ на организм; -проводят комплекс упражнений на развитие быстроты и ловкости: -измеряют ЧСС; -проводят дыхательные упражнения на восстановления дыхания и снижения физ. нагрузки; -ведут самоконтроль за самочувствием своего здоровья	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		18-н
53	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	1	-повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах	<b>Научаться:</b> --организовать подготовку к катанию на лыжах; -выполнять технику катания на лыжах: попеременный и одновременный двухшажный ход	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
54	Попеременный одношажный ход на лыжах	1	-повторение попеременного одношажного хода на лыжах	<b>Научаться:</b> -организовать подготовку к катанию на лыжах; -выполнять технику катания на лыжах: попеременный одношажный ход	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
55	Одновременный	1	-повторение	ране	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> ориентируются в	<b>Личностные:</b>	19-н

	одношажный ход на лыжах		изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне	-организовать подготовку к катанию на лыжах; -выполнять технику катания на лыжах: попеременный одношажный ход, одновременный одношажный ход на лыжах	разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
56	<b>Способы ФД:</b> <i>Проведение тестовых заданий на развитие физических качеств</i>	1	-знают и организуют тестовые задания на развитие физических и двигательных качеств; -проводят комплекс упражнений разминки; -определяют уровень физической подготовки собственных показателей	<b>Научаться:</b> -организуют деятельность для проведения тестовых заданий; -знают и проводят комплекс упражнений разминки; -знают нормативные показатели тестов физической подготовки и сравнивают собственные показатели	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
57 58	Подъем на склон «елочкой», «полу ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	2	-повторение ранее изученных лыжных ходов; -отработка техники подъема на склон «елочкой», «полу ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	<b>Научаться:</b> -знают, как передвигаться на лыжах; -выполняют лыжные ходы; -выполняют подъем на склон «елочкой», «полу ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
59 60	Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах	2	-повторение ранее изученных лыжных ходов; -отработка техники	<b>Научаться:</b> -знают, как передвигаться на лыжах; -выполняют лыжные ходы;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со		20-н

			подъем на склон «лесенкой», «елочкой», «полу ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах, торможение «плугом»	-выполняют подъем на склон «лесенкой», «елочкой», «полу ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах; -отрабатывают технику торможения «плугом»	<b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
61	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	1	-повторение ранее изученных лыжных ходов; -отработка техники подъем на склон «лесенкой», «елочкой», «полу ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах, торможение «плугом»; -проведение передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»	<b>Научаться:</b> -знают, как передвигаться на лыжах; -выполняют лыжные ходы; -выполняют подъем на склон «лесенкой», «елочкой», «полу ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах; -выполняют технику передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой» -отрабатывают технику торможения «плугом»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
62	<b>Физкульт-оздоров деятельность:</b> <i>Организация проведения комплекса упражнений на осанку</i>	1	-рассказывают, что такое осанка и как её укреплять; -проводят комплекс упражнений на укрепление мышц спины; -проводят п/игру «Выше ноги от земли»	<b>Научаться:</b> -знают понятие осанка; -проводят комплекс упражнений на осанку; -организуют п/игру и соблюдают правила игры	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
63	Совершенствование передвижения на лыжах с палками ступающим их скользящим шагом Подвижная игра на лыжах «Накаты»	1	-повторение ранее изученных лыжных ходов; -совершенствование техники передвижения на лыжах с палками ступающим их скользящим шагом; -организация и проведение п/игры на	<b>Научаться:</b> -знают, как передвигаться на лыжах; -выполняют лыжные ходы; -проводят п/игру на лыжах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		21-н



			лыжах					
64	Совершенствование передвижения на лыжах с палками ступающим их скользящим шагом Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	1	-повторение ране изученных лыжных ходов; -совершенствование техники передвижения на лыжах с палками ступающим их скользящим шагом; -организация и проведение п/игры на лыжах	<b>Научаться:</b> -знают, как передвигаться на лыжах; -выполняют лыжные ходы; -проводят п/игру на лыжах	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
65	Совершенствование техники торможения и поворотов на лыжах. П/игра: «Прокатись через ворота»	1	-проводят комплекс упражнений разминки на лыжах; -повторяют технику стойки и скольжения на лыжах; -совершенствуют технику подъема «лесенкой» -совершенствуют технику торможения после спуска; -организуют проведение п/игры на лыжах	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки на лыжах; -выполняют технику стойки и скольжения на лыжах; демонстрируют технику подъема «лесенкой» -выполняют технику торможения после спуска; -организуют проведение п/игры на лыжах	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
66	Эстафетная гонка на лыжах	1	-проводят комплекс упражнений разминки на лыжах; -повторяют технику стойки и скольжения на лыжах; -совершенствуют технику старта, разгона и финиширования -обучение технике передачи эстафеты на лыжах (рукой по спине, плечу) на скорости;	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки на лыжах; -повторяют технику стойки и скольжения на лыжах; -совершенствуют технику старта, разгона и финиширования -обучение технике передачи эстафеты на лыжах (рукой по спине, плечу) на скорости;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		22-н

					деятельности.			
67	Комбинированная эстафета на лыжах: метание в цель, «переправа через ров»	1	-проводят комплекс упражнений разминки на лыжах; -совершенствуют технику старта, разгона и финиширования -совершенствуют технику передачи эстафеты на лыжах (рукой по спине, плечу) на скорости; -совершенствуют технику метания в цель; -преодолевают препятствие на лыжах	<b>Научаться:</b> -проводят комплекс упражнений разминки на лыжах; -повторяют технику стойки и скольжения на лыжах; -совершенствуют технику старта, разгона и финиширования -совершенствуют технику передачи эстафеты на лыжах (рукой по спине, плечу) на скорости;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
68	Передвижение скользящим шагом с палками до 2 000 м в умеренном темпе. Торможение «плугом»	1	-подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке; -подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.	<b>Научаться:</b> -выполняют технику ступающим шагом в основной стойке; -выполняют подъем ступающим шагом	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
69	Выполнение контрольных упражнений на лыжах: повороты на месте «переступанием», скользящий шаг, торможение, спуски в стойке	1(к)	Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?».	<b>Научаться:</b> -выполнение техники стойки на лыжах; -выполнение техники скольжения на дистанции; -выполнение техники торможения «плугом» в стойке	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		23-н

**4 КЛАСС**

**III ЧЕТВЕРТЬ**

**Плавание – 8ч**

**Подвижные игры с основами спорт игр баскетбол: 4 ч (1к)**

70	ТБ на уроках плавания. Правила поведения на воде Комплекс упражнений «зарядка пловца».	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -соблюдать технику безопасности на уроках плавания; -знают правила поведения на воде; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		24-н
71	Гигиенические правила занятий физическими упражнениями в бассейне. Значение для организма закаливания водой.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполнять закаливающие процедуры. -знать и соблюдать гигиенические правила занятий физическими упражнениями в бассейне.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, развивают чувство мяча, совершенствование высокой культуры движений		
72	Упражнения на всплытие. Способы скольжения на воде.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила игры; -рассказать технику упражнений на всплытие.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
73	Стили плавания.	1	-просмотр интернет	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> ориентируются в	<b>Личностные:</b>		25-н

	Техника выполнения дыхания на воде.		видео	- объяснять технику выполнения стилей плавания и их различия. Знать технику дыхания.	разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
74	Техника кроль на груди.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> - объяснять технику выполнения плавания кроля на груди. Знать технику дыхания в воде.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
75	Техника кроль на спине.	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> - объяснять технику выполнения плавания кроль на спине. Знать технику дыхания в воде.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
76	Техника ныряния с тумбы	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают технику ныряния с тумбы; -выполняют комплекс упражнений «зарядка пловца» -организуют п/игру: «Крокодилчик»	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, развивают чувство мяча, совершенствование высокой культуры		

						движений		
77	Техника поворотов в воде Олимпийские спортсмены России	1	-просмотр интернет видео	<b>Научаться:</b> -выполняют подготовительные упражнения на суше; -знают олимпийских спортсменов России; -знают технику поворотов в воде;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		

#### **4 КЛАСС      Ш ЧЕТВЕРТЬ**

#### **Подвижные игры с основами спорт игр баскетбол: 4 ч (1к)**

78	Т.Б. на уроках сп/игр – баскетбол. Техника стойки и перемещения б/ста по площадке.	1	-рассказать инструктаж ТБ по спортивным играм; -разучить комплекс ОРУ с б/ мячом; -обучить технике стойки и перемещения; владения мячом (ловля, подбрасывание, передачи, ведение); -развивать коммуникативность в парных заданиях;	<b>Научаться:</b> -знать и соблюдать инструктаж ТБ по спортивным играм; -проводить в самостоятельной форме комплекс упражнений с б/мячом; -демонстрировать технику стойки и перемещения; владения мячом (ловля, подбрасывание, передачи, ведение); -вести диалог и использовать конструктивную речь в парных заданиях с мячом	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
79	Техника перемещения б/ста и остановки в 2-а шага, повороты на месте с мячом и без мяча	1	-обучить технике перемещения игрока по площадке; -обучить технике остановки мяча в 2-а шага в сочетании с поворотами на осевой ноге; -совершенствовать технику ловли и	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику перемещения игрока по площадке; -выполняют технику остановки мяча в 2-а шага в сочетании с поворотами на осевой ноге; -демонстрируют технику ловли и передачи мяча в парах;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью;	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		27-н

			передачи мяча в парах; -развивать быстроту и ловкость, внимание, точность движений	-проявляют быстроту и ловкость, внимание, точность движений в игровых заданиях	договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
80	Техника ведения мяча в сочетании с работой передач на месте и в движении 1-ой, 2-мя руками	1	-обучить технике ведения мяча; -совершенствовать технику передач на месте и в движении 1-ой, 2-мя руками; -развивать физические качества силы, быстроты, точности движений; -развивать коммуникативность в п/и: «10-ть передач»	<b>Научаться:</b> -выполнять технику ведения мяча; -выполнять технику передач на месте и в движении 1-ой, 2-мя руками; -проявлять физические качества силы, быстроты, точности движений; -вести диалог в п/игре: «10-ть передач»;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
81	Выполнение техники контрольных упражнений в игре баскетбол: остановка в 2-а шага в сочетании с ведением и передачей мяча от плеча	1(к)	-совершенствовать технику передач на месте и в движении 1-ой, 2-мя руками; -развивать физические качества силы, быстроты, точности движений;	<b>Научаться:</b> -проводят специальную разминку с мячом; -выполняют технику остановку в 2-а шага; -выполняют технику ведения и передачи мяча от плеча;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>4 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Подвижные игры с основами спорт/игр футбол: 8 часов 1(к)</b>								
<b>Способы ФД – 1 ч Физкут-оздоровит. деятельность - 1 (к)</b>								
82	Т.Б. на уроках спортивных игр. Техника перемещений игрока.	1	-провести беседу о ТБ на уроках спортивных играх; -рассказать о виде спорта – футбол; -разучить способы перемещения и ударов по мячу в игре футбол	<b>Научатся:</b> -знают правила ТБ и соблюдают их на уроках ФК; -знают игру футбол; -выполняют способы перемещения по площадке; -демонстрируют технику удара и остановки мяча	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		28-н
83	Техника удара и остановки мяча в игре футбол.	1	-повторить технику способов перемещения игрока; -обучить технике удара и остановки мяча; -развивать физические качества ловкости, точности движений, быстроты; -укреплять мышцы рук и ног	<b>Научатся:</b> -выполняют способы перемещения на игровой площадке; -демонстрируют технику удара и остановки мяча; -применяют физические качества в игровых упражнениях с мячом; -проводят комплекс упражнений на руки и ноги	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
84	Перемещения. Освоение ударов по мячу и остановка мяча в игре.	1	-совершенствовать технику способов перемещения игрока; -развивать двигательные качества быстроты и точности движений;	<b>Научатся:</b> -демонстрировать технику способов перемещения игрока; -применять в игровых упражнениях быстроту бега и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		29-н

			-обучить технике удара по мячу с места и остановка мяча; -укреплять мышцы голенистопа и рук;	точность движений в игре; -демонстрируют технику удара по мячу с места и остановка мяча; -проводят комплексы упражнений на мышцы голенистопа и рук	действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	достижении поставленных целей		
85	Техника игры: передача, остановка мяча ногами, набивание мяча до 15 р. Игра в футбол	1	-обучить технике остановки и передачи мяча в парах; -отработать технику отбивания мяча партнеру после набрасывания «щечкой», подъемом стопы; -укреплять мышцы голенистопа и мышцы рук; -организовать игру в футбол	<b>Научаться:</b> -владеют техникой перемещения в игре футбол; -демонстрируют технику передачи мяча в игре футбол; -выполняют технику отбивания мяча партнеру после набрасывания «щечкой», подъемом стопы; -проводят комплекс упражнений на мышцы голенистопа и мышц верхнего плечевого пояса	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
86	<b>Способы ФД:</b> <i>Проведение п/игры на развитие двигательных качеств ловкости и внимания «Салки с домиками», «Вышибалы»</i>	1	-разучить правила игры по выбору обучающихся; -организуют проведение игры в классе; -совершенствуют физические качества в игре: ускорения, повороты, прыжки, остановки; -подводят итоги игры	<b>Научаться:</b> -знают правила игры; -проводят игру; -совершенствуют физические и двигательные качества в игре; -определяют победителей в игре	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
87	Техника игры коленом	1	-совершенствовать	<b>Научаться:</b>	<b>Познавательные:</b> самостоятельно	<b>Личностные:</b>		



	и стопой.		<p>технику игры коленом и стопой по воротам;</p> <p>-развивать скоростные и силовые качества в беговых упражнениях;</p> <p>-укреплять мышцы спины, живота и кистей рук;</p> <p>-дать оценку владения игры коленом и стопой во воротам</p>	<p>-выполняют технику игры коленом и стопой по воротам;</p> <p>-демонстрируют перемещения в игре футбол;</p> <p>-проводят комплекс упражнений на мышцы спины, живота и кистей рук;</p> <p>-адекватно воспринимают оценку владения игры коленом и стопой по воротам</p>	<p>формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
88	Техника игры головой и грудью, остановка мяча. Игра в футбол	1	<p>-обучить технике игры головой в парах друг другу;</p> <p>-обучить технике приема мяча на грудь в остановке;</p> <p>-совершенствовать технику остановки мяча прижатием стопы к полю и отведением стопы назад;</p> <p>-организовать игру в футбол</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <p>-демонстрируют технику игры головой в парах друг другу;</p> <p>-выполняют игру - приём мяча на грудь в остановке;</p> <p>-демонстрируют технику остановки мяча прижатием стопы к полю и отведением стопы назад;</p> <p>-владеют диалогом в организации игры в футбол</p>	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия;</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		30-н
89	<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность:</b> <i>Проведение комплекса ФУ пальчиковой гимнастики</i>	1(к)	<p>-знают, что такое пальчиковая гимнастика;</p> <p>-знают комплексы упражнений и проводят в разминке с классом</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <p>-знают комплексы упражнений пальчиковой гимнастики;</p> <p>-выполняют рече-двигательные упражнения;</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b></p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
90	Техника ведения и удары по воротам, обводка игрока.	1	-совершенствовать приёмы игры в футбол: ведение мяча; удары по мячу в ворота; -учить технике обводки игрока; -развивать ускорение способом бег с отягощением 3 по 20 м; -организовать игру в футбол	<b>Научаться:</b> -демонстрировать в игре футбол ведение мяча; удары по мячу в ворота; -демонстрировать технику обводки игрока; -выполнять скоростные перемещения (обгон соперника) в игре футбол; -вести диалог по формированию команд по футболу	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность. Трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
91	Выполнение техники контрольных упражнений в игре футбол: ведение мяча в парах, остановка мяча, удары по воротам	1(к)	-совершенствовать приёмы игры в футбол: ведение мяча, остановки мяча; удары по мячу в ворота; -определить уровень двигательных качеств в игре футбол;	<b>Научаться:</b> -знают приемы игры в футбол; -знают параметры оценки в игре футбол; -адекватно оценивают оценочную деятельность учителя; -знают свой уровень физической и спортивной подготовки	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		31-н
<b>4 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Легкая атлетика - 11ч (2к)</b>								
92	Т.Б. на уроке л/атлетики.	1	-закрепить навыки построений и	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	<b>Личностные:</b> ориентируются на		

	Техника старта в спецбеговых упражнениях физической подготовки.		перестроений; -развивать координацию движений; -обучить технике старта в спец. беговых упражнениях	безопасного поведения в спортивном зале и на спорт/площадке; -выполняют команды: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; -демонстрируют технику старта и спецбеговые упражнения	поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
93	Равномерный бег, чередование с ходьбой. Высокий старт с произвольным ускорением. ЧСС.	1	-совершенствовать технику равномерного бега с переходом на шаг (1кр-бег; 0,5 кр-ходьба); -учить технике высокого старта и произвольному ускорению по сигналу; -учить способу находить и измерять пульс;	<b>Научаться:</b> -выполняют технику равномерного бега с переходом на шаг; -демонстрируют технику высокого старта и произвольное ускорение;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
94	Тестирование общей физической подготовки: бег 30 и 60 м.	1(к)	-проводят разминку ОРУ; -определить уровень скоростных качеств в беге на 30 и 60 м;	<b>Научаться:</b> -демонстрируют физические качества по дистанции на 30 и 60 м; -умеют измерять пульс и регулировать физическую нагрузку;	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	<b>Личностные:</b> раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		32-н
95	Равномерный бег, чередование с ходьбой. Высокий старт с произвольным	1	-совершенствовать технику равномерного бега с переходом на шаг (1кр-бег; 0,5 кр.-ходьба);	<b>Научаться:</b> выполняют технику равномерного бега с переходом на шаг;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли		

	ускорением. ЧСС. Челночный бег 3×10 м.		-учить технике высокого старта и произвольному ускорению по сигналу; -определить уровень скоростных качеств в челночном беге 3по 10м; -учить способу находить и измерять пульс;	-демонстрируют технику высокого старта и произвольное ускорение; -демонстрируют физические качества по дистанции 3 по 10м; -умеют измерять пульс и регулировать физическую нагрузку;	формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
96	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». ЧСС	1	-совершенствовать технику разбега и толчок в моста; -учить технике отталкивания и приземления на снаряд; -учить технике отталкивания и прохождения над снарядом способом «согнув ноги»; -учить технике приземления прогнувшись; -регулировать физическую нагрузку способом измерения ЧСС и дыхательными упражнениями;	<b>Научаться:</b> -выполняют технику разбега и толчок с двух ног с моста; -выполняют технику приземления на снаряд после отталкивания с моста; -выполняют технику прыжка «согнув ноги»; -демонстрируют технику приземления прогнувшись; -измеряют пульс после физической нагрузки и проводят дыхательные упражнения на восстановление	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
97	Тесты общей физической подготовки: прыжок в длину с места	1	-совершенствовать технику старта, отталкивания, приземления в прыжке; -проводят комплекс упражнений на гибкость спины и ног; -определить уровень показателей физической подготовки в прыжке с	<b>Научаться:</b> -выполнять технику прыжка в длину с места; -проводить комплекс упражнений на гибкость; -определять собственный уровень физических качеств в	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

			места	соответствии с нормативными показателями	правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия			
98	Техника бега на 300 м. П/игра: «Русская лапта»	1	-повторить упражнения на скорость и гибкость; -совершенствовать технику старта и стартового разгона; -совершенствовать технику финиширования по дистанции; -определить уровень физической подготовки в беге по дистанции 300 м; -организовать проведение п/игры «Русская лапта»; -разучить правила игры	<b>Научаться:</b> -выполняют упражнения на скорость и гибкость; -выполняют технику старта и стартового разгона; -демонстрируют технику финиширования по дистанции; -адекватно воспринимают оценку учителя в соответствии с уровнем физической подготовки; -знают правила игры «Русская лапта»; -организуют проведение игры «Русская лапта»	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		33-н
99	Тестирование общей физической подготовки в беге на 500 и 1000 м. Техника старта и финиша на дистанции	1(к)	-проводят разминку ОРУ; -определить уровень физической подготовки обучающихся на дистанции 500 и 1000 м;	<b>Научаться:</b> -выполняют технику старт и стартовый разгон; -выполняют технику равномерного бега по дистанции; -проводят дыхательные упражнения на восстановление; -измеряют пульс (ЧСС); -знают свой уровень	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				физической подготовки (выносливость);				
100	Техника круговой эстафеты 4 по 60 м. Игра в футбол	1	-совершенствовать двигательные качества быстроты и ловкости движений в спецбеговых упражнениях; -учить технике передачи эстафетной палочки в круговой эстафете; -развивать физические качества и внимание в игре футбол	<b>Научаться:</b> -владеют двигательными качествами быстроты и ловкости движений в спецбеговых упражнениях; -демонстрируют технику передачи эстафетной палочки в беге; -проявляют физические и двигательные качества в игре футбол; -выполняют упражнения на внимание	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
101	Техника встречной эстафеты на 30 м., уход в колонну по диагонали.	1	-совершенствовать технику перемещения в колонне (уход в конец колоны); -учить технике передачи эстафетной палочки во встречной эстафете; -совершенствовать двигательные качества в беге (ускорения, точность движений, финиширование);	<b>Научаться:</b> -демонстрируют технику перемещения в колонне (уход в конец колоны); -выполняют технику передачи эстафетной палочки во встречной эстафете; -владеют двигательными качествами в беге (ускорения, точность движений, финиширование);	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		34-н
102	Техника метания т. мяча на дальность и в	1	-развивать наглядно-образное мышление при	<b>Научаться:</b> -выполняют технику	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают	<b>Личностные:</b> ориентируются на		

	цель.		показе и технике выполнения действия (метание мяча); -отработать технику имитации метания; -выполнить технику метания на дальность и в цель (сбить цель);	двигательного действия по памяти (имитация движений); -выполняют технику метания на дальность и в цель; -демонстрируют технику метания в цель	учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
--	-------	--	---	---	--	--	--	--