

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА**

**Департамент образования**

**МБОУ «Школа № 18»**

Приложение к АООП НОО, утвержденной  
приказом директора МБОУ «Школа № 18»  
от 31.08.2023 N 230-О

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Физическая культура»**  
для обучающихся с расстройствами аутистического спектра 1  
дополнительного класса  
(вариант 8.2)

**Нижний Новгород 2023**

# Рабочая программа по предмету «Физическая культура»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена на основе ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ (вариант для детей с РАС), ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу «Школа России». Программа составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы ОУ, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура». Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учётом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников.

Программа рассчитана на 99 часов при трёхразовых занятиях в неделю для 1 класса.

В начале и в конце учебного года учащиеся сдают контрольные упражнения для определения развития уровня физической подготовленности и физических способностей в отдельности в зависимости от возраста и пола. Тесты принимаются в виде зачётов на уроках и заносятся в классный журнал. Текущий учёт является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока. Оценка за успеваемость выставляется в баллах.

Адаптированная основная образовательная программа для обучающихся с РАС учитывает особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности, особые образовательные потребности, обеспечивает комплексную коррекцию нарушения развития и социальную адаптацию. В основу стандарта для обучающихся с РАС положен системно – деятельностный и дифференцированный подход, осуществление которого предполагает обеспечивающего овладение ими содержанием образования и предметно-практической деятельности. В программе по физической культуре для обучающихся 1-го класса с нарушениями аутистического спектра учтены особенности состояния и функциональных возможностей организма детей. Эти особенности диктуют распределение 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).

### Общая характеристика учебного предмета

#### Цели и задачи курса

*Целью* обучения физической культуре является *формирование у учащихся основ здорового образа жизни.*

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

- Формирование первоначальных представлений о физической культуре.

- Овладение ребёнком основными представлениями о собственном теле.
- 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.
- Развитие кинетической и кинестетической основы движений.
- Преодоление дефицитарности психомоторной сферы.
- Развитие информативной, регулятивной, коммуникативной функций речи в процессе занятий физической культурой.
- Поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- Овладение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе.

### **Структура курса**

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).

Раздел "Способы двигательной активности" содержит представления о структурной организации предметной деятельности, исполнении и контроле.

Содержание раздела "Физическое совершенствование" ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из базовых видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах: "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Подвижные и спортивные игры", "Лыжная подготовка". При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. Допускается для бесснежных районов РФ заменять тему "Лыжная подготовка" на углубленное освоение содержания тем "Гимнастика" и "Подвижные игры".

В разделе "Общеразвивающие упражнения" предлагаются упражнения, которые распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств.

## **Планируемые результаты**

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций), выражающихся в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

### **Универсальными компетенциями учащихся являются:**

- Умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели (с помощью учителя);
- Умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками;
- Умение доносить информацию в доступной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **Личностные результаты:**

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявление положительных качеств личности в различных ситуациях и условиях;
- Оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение действовать по заданному алгоритму или образцу;
- самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога осуществлять и контролировать собственную учебную деятельность;
- умение оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными эталонами;
- умение адекватно реагировать на внешний контроль и оценку;
- умение выделять и объяснять причинно-следственные связи;
- умение активно использовать знаково-символические средства для представления информации, для создания моделей объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- владение навыками смыслового чтения;

- способность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, к применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;
- способность понимать информацию, получаемую из разных источников;
- способность представлять результаты исследования, включая составление текста и презентацию материалов с использованием информационных и коммуникационных технологий;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты:**

- Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;
- Участие в совместных со сверстниками подвижных играх и элементах соревнований;
- Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **1 класс**

#### **Знания о физической культуре**

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

#### **Способы физкультурной деятельности**

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

## **Физическое совершенствование**

### *Гимнастика*

Организуемые команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползание; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью).

### *Легкая атлетика*

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

### *Лыжная подготовка*

Организуемые команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.

Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом.

Повороты переступанием на месте.

Спуски в основной стойке.

Подъемы ступающим и скользящим шагом.

Торможение падением.

### *Подвижные игры*

На материале раздела «Гимнастика»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

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

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

На материале раздела «Спортивные игры»:

*Футбол*: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача».

*Волейбол*: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

### **Предмет "Физическая культура" в учебном плане**

Предмет "Физическая культура" изучается в 1 классе в объеме 99 ч.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Физическая культура, 1 класс (99 ч)

Годовой план-график

№ 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	16		16			2
4.2	Легкая атлетика	27	16			11	4

4.3	Лыжная подготовка	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>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	

#### Планирование контрольных работ, 1 кл по ФК ФГОС с ОВЗ

№ п/п		Часы	Кол-во контрольных работ	1 класс (99ч)			
				I	II	III	IV
1	Знания о физической культуре	3	-	2	1		
2.	Способы физкультурной деятельности	3	-			2	1
3.	Физическое совершенствование						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2	1			1	1(1к)
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность						
4.1	Гимнастика	16	2		16 (2к)		
4.2	Легкая атлетика	27	4	16(2к)			11 (2к)
4.3	Лыжная подготовка	17	1			17 (1к)	

4.4	Подвижные (спортивные) игры	9	-	9			
	• п/и разных народов	4	1		4 (1к)		
	• с основами сп/и волейбол	10	1			10 (1к)	
	• с основами сп/и футбол	8	1				8 (1к)
	<b>Итого:</b>	<b>99</b>		<b>27</b>	<b>21</b>	<b>30</b>	<b>21</b>

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 класс

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во	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	Техника безопасности на уроках л/а 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	Знание о ФК: Физическая культура как система разнообразных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека.	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 в 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 шеренгу, в колонну.	1	Учить выполнять команды: «Смирно!», «Равняйся!», построение в	<b>Научаться:</b> -выполнять команды на построения и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные	<b>Личностные:</b> ориентируются на развитие навыков		

	Обучение технике старт в беге. Разучивание игры «Ловишка»		шеренгу, колонну по одному; техника старта.	перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики	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.	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 с места; -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.		
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>	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
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 обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
13	<b>Знание о ФК:</b> <i>история развития физической культуры и первых соревнований</i>	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	<b>Научаться:</b> -выполнять комплекс	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	<b>Личностные:</b> ориентируются на		

			<p>малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. П/игра «Попади в мяч» «Кто дальше бросит»</p>	<p>упражнений на развитие скоростно-силовых качеств; -проводить разминку на верхний плечевой пояс; -выполнять технику броска мяча на дальность; -организовать п/игру.</p>	<p>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.</p>	<p>принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
15	Бросок малого мяча	1	<p>ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. П/игра «Попади в мяч» «Кто дальше бросит»</p>	<p><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.</p>	<p><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.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
16	Бег по дистанции в парах. Правила старта и финиширования. Разучивание игры: «У ребят порядок строгий»	1	<p>ОРУ. Развитие скоростных качеств. Учить технике старта, стартового разгона, финишированию. Правила бега в парах по дистанции.</p>	<p><b>Научаться:</b> -выполнять бег в парах; -выполнять технику старта и соблюдать правила финиширования по дистанции; -организовывать и проводить игру со сверстниками</p>	<p><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 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</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		6-н

					деятельности.			
17	Техника встречной эстафеты	1	ОРУ. Спецбеговые упражнения разминки. Имитация техники перемещения встречной эстафеты; отработка техники передачи эстафетной палочки. Эстафетный бег по командам.	<b>Научаться:</b> -выполнять технику передачи эстафетной палочки; -выполнять бег в парах; -выполнять технику старта и соблюдать правила финиширования по дистанции;	<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		
18	Тесты общей физической подготовки: подтягивание на перекладине, наклон туловища вперед.	1(к)	Определить показатели физических качеств: гибкость, силовые способности.	<b>Научаться:</b> -выполнять технику подтягивания на перекладине; -выполнять технику наклона вперед из положения сед, ноги врозь; -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.		
<b>Подвижные игры: 9 часов</b>								
19	Техника безопасности на уроках подвижных игр (п/и). Разучивание русской народной игры: «Горелки»	1	Учить запоминать временные отрезки; учить выполнять игровые упражнения из п/игр разной функциональной направленности	<b>Научаться:</b> -организовывать и проводить народные подвижные игры; -взаимодействовать с игроками; -запоминать временные отрезки	<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;	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		7-н

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
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 (с помощью педагога)		
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	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		8-н

					деятельность, взаимодействуют со сверстниками в достижении общей цели.			
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	<b>Научаться:</b> -раскрывать значение утренней зарядки, её положительной влияние на организм человека; -называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений; -называть упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки; -выполнять упражнения зарядки	<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		
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»	<b>Научаться:</b> -использовать понятие «режим дня» в составлении плана основных дел на день; -определять главное и второстепенное среди режимных моментов дня; -знать и выполнять подготовительные упражнения - отжим от пола; -владеть техникой выполнения отжим от пола; -организовывать и проводить игру «Охотник и зайцы» по правилам	<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		
25	Физкультминутка, её значение в жизни человека.	1	Раскрыть значение физкультминутки через её проведение после	<b>Научаться:</b> -ориентироваться в понятии	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу;	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и		9-н

	Маршировка под сопровождение стихов, речёвки. Упражнения в паре с обручем.		физической нагрузки; отработать технику шага под сопровождения слова; разучить упражнения в паре	«физкультминутка»; -выполнять строевой шаг под стихотворение; -знать строевую речёвку или стих; -проводить упражнения в парах	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	взаимодействие		
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 II ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Гимнастика - 16ч (2к) Знания о ФК – 1ч</b>								
28	Техника безопасности на уроках гимнастики. Техника лазанья по гимнастической стенке.	1	ОРУ. Обучить приемам лазанья.	<b>Научаться:</b> -знать и соблюдать правила техники безопасности; -выполнять технику приемов лазания по гимнастической стенке.	<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 упражнениям на формирование осанки	1	ОРУ. Формировать знания по укреплению осанки с помощью упражнений	<b>Научаться:</b> -знать и соблюдать правила техники безопасности; -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;		
30	Обучение правилам лазания по наклонной	1	ОРУ. Учить выполнять лазанье по наклонной лестнице.	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения на	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и		

	лестнице.			ловкость и координацию движений; -выполнять игровые упражнения по команде учителя;	<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.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
31	Обучение правилам лазания по скамейке.	1	ОРУ. Учить выполнять лазанье по скамейке.	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения ловкость и координацию движений;	<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.		
32	Подвижная игра на внимание «Класс, смирно!»	1	ОРУ. Учить играть в подвижную игру с правилами.	<b>Научаться:</b> -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.		
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	<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>	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

				и лазанья в жизнедеятельности древнего человека.	формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.			
34	Обучение способам перестроения: смыкание и размыкание. Техника кувырка вперед. Подвижная игра: «Лиса и куры»	1	ОРУ. Формировать способы построения и перестроения из одной колонны в четыре; развивать внимание; формировать технику кувырка вперед	<b>Научаться:</b> -знать понятие кувырок вперед и технику его выполнения; -выполнять упражнения ни гибкость и равновесие; -выполнять способы перестроения из одной колонны в четыре; -играть в п/и «Лиса и куры» по правилам	<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		12-н
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,	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		13-н

					обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
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>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 (с помощью педагога)		
38	Развитие ловкости и координации в упражнениях полосы препятствий. Совершенствование безопасного выполнения упражнений (кувырки, «мост»)	1	Учить выполнять упражнения, 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 (с помощью педагога)		
39	Тестирование техники выполнения двигательных упражнений. 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	<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>	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование		

				вперед; -организовывать и проводить п/игру по правилам	формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	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 на гимнастической скамейке. Совершенствование лазанья и перелазания по гимнастической стенке. Разучивание игры «Бездомный заяц»	1	Учить выполнять упражнения, используя гимнастические снаряды	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения на скамейке; -регулировать физическую нагрузку во время занятий физической культурой; -взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения 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 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		
42	Осанка и её значение для здоровья человека. Комплекс	1	Учить выполнять упражнения с гимнастической палкой или скакалкой;	<b>Научаться:</b> -знают понятие осанка, как формировать её в условиях дома;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и		

	упражнений «Ровная спина» П/и: «Аист»		Совершенствовать равновесие на одной ноге через п/и «Аист»	-знают комплексы упражнений с предметами на укрепление осанки; -организуют подвижную игру по правилам;	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	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
43	Обучение парным упражнениям.	1(к)	Учить выполнять парные упражнения; Развивать ловкость, силу через п/игру.	<b>Научаться:</b> -выполнять упражнения в парах; -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 (с помощью педагога)		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 предупреждения травматизма во время спортивных заданий; -совершенствуют технику выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанья).	<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 (с помощью педагога)		
<b>Подвижные игры разных народов 4 ч (1к)</b>								

45	Техника безопасности на уроках подвижных игр разных народов. Проведение подвижной игры «У медведя во бору!» «Совушка» «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: «У медведя во бору!» «Совушка» «Классики»	<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 «Горячий камень» (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 (с помощью педагога)		16-н
47	Проведение п/игры «Жмурки» (Русские игры) «Вышибалы» (Англия)	1	Разучить правила организации и проведения п/игры; Формировать технику двигательного действия в игре: слуховое восприятие и внимание, быстроту и	<b>Научаться:</b> -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с	<b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют		

			ловкость, меткость в цель	-демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	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.	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 (с помощью педагога)		

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во часов	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
<b>1 КЛАСС III ЧЕТВЕРТЬ</b>								
<b>Лыжная подготовка - 17ч (1к) Способы ФД– 2ч Физкульт-оздор. деятельность – 1 ч</b>								
49	Т.Б. на уроках лыжной	1	Упражнения - перенос массы тела с лыжи на	<b>Научаться:</b> -соблюдать правила	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	<b>Личностные:</b> ориентируются на		17-н

	подготовки. Подбор одежды в зависимости от погодных условий. Техника передвижения ступающим шагом.		лыжу, поднятие и опускание носков и пяток лыж, поднятие носков лыж и размахивание носком лыж вправо и влево. Передвижение за учителем в колонне по 1 по лыжне	техники безопасности на снегу; -ориентироваться на т воздуха; -одевать лыжи; -выполнять технику стойки и равновесия	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	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
50	Обучение технике поворотов переступанием. Подвижная игра «Снежки»	1	Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок. Ступающий шаг. Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж.	<b>Научаться:</b> -знать понятие поворотов переступанием; -выполнять технику поворотов переступанием; -выполнять технику стойки и равновесия 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 (с помощью педагога)		
51	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;	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		18-н

					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 (с помощью педагога)		
53	<b>Способы ФД:</b> Личная гигиена человека. Разучивание игр «Запрещенное движение», «Два мороза»	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	1	Передвижение скользящим шагом под	<b>Научаться:</b> -выполнять способы	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и	<b>Личностные:</b> ориентируются на		

	ступающим шагом, длительное скольжение на одной лыже.		пологий уклон. Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку», «Самокат»	передвижения ступающим шагом; -выполнять технику длительного скольжения на одной лыже; -организовать п/игру на снегу	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.	активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, 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 (с помощью педагога)		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	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

					<p>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.</p>			
57	<p><b>Способы ФД:</b> Организация и проведение утренней зарядки и п/игры на снегу «Самокат»</p>	1	<p>Рассказать о правилах проведения утренней зарядки и её значение для здоровья человека Учить выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности;</p>	<p><b>Научаться:</b> -планировать режим дня и утреннюю зарядку; -рассказывать о значении зарядки для здоровья человека -организовывать и проводить подвижные игры;</p>	<p><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.</p>	<p><b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
58	<p>Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.</p>	1	<p>Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Передвижение скользящим шагом</p>	<p><b>Научаться:</b> -выполнять технику стойку на лыжах; -демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику скользящего шага</p>	<p><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.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		20-н
59	<p>Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м</p>	1	<p>Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.</p>	<p><b>Научаться:</b> -выполнять технику стойку на лыжах;</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют положительные</p>		

	в умеренном темпе.		Передвижение скользящим шагом	-демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику скользящего шага	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.	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 решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		
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: поднимание 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, ног.	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику выполнения упражнений утренней зарядки, определять направленность их воздействия. Выполнять комплексы утренней зарядки № 1, 2, 3	<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	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		22-н

					действия <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и 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 (с помощью педагога)		
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	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;		23-н

				<p>передвижения на лыжах скользящим шагом; -выполнять технику торможения полу приседом до полной остановки</p>	<p>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>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>			
68	Контрольное выполнение техники передвижения на лыжах	1(к)	<p>Выполнение техники передвижения на лыжах на оценку: -техника передвижения скользящим шагом; -техника поворотов на месте способом переступания.</p>	<p><b>Научаться:</b> -демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом; -демонстрируют технику поворотов на месте способом переступания на месте; -адекватно воспринимают оценку учителя</p>	<p><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.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>			
<b>Подвижные игры с основами спорт игр волейбол: 10 ч (1к)</b>									
69	Техника безопасности на уроках п/игр с основами сп/игр волейбол. Передача и ловля мяча в парах. П/и: «Наперегонки с мячом!»	1	<p>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!»</p>	<p><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.</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 вопросы, обращаются за помощью;</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>			

					договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
70	Обучение технике передачи мяча от плеча и ловле мяча в парах. П/и «Займи быстрой место!»	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/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 рукой и ловлю мяча.	<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.		24-н
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 (с помощью педагога)		
72	Владение мячом одной рукой от плеча у в/сетки в парах. Расстановка игроков на площадке. П/и: «Ловля мяча	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и	<b>Научаться:</b> -проводят утреннюю разминку с мячом; -выполняют расстановку и переход по площадке; -выполняют бросок и	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	после ускорения»		ловлю мяча в парах через сетку. Организуют п/игру с мячом.	ловлю мяча через сетку.	поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия			
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 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.		25-н
74	Правила перехода по площадке. Игра у сетки в прыжке.	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 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.		
75	Круговая разминка с мячами. Передачи мяча от груди, из-за головы. Игра у	1	Проводят разминку по кругу с мячами в парах; Отрабатывают технику владения мячом в парах	<b>Научаться:</b> -проводят разминку с мячами; -выполняют переход	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со		

	сетки. П/и: «Вышибалы малыми мячами!»		от груди, из-за головы; Организуют игру между собой.	на площадке; -выполняют стойку и подачу в игре; -выполняют бросок и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;	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.	сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
76	Стрелковые команды в строю. Ловля мяча после подачи.	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с 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 бросок 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 (с помощью педагога)		26-н
77	Правила трех шагов у сетки. П/и: «Осада города»	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с 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	<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> 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,	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

			мячом.		обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
78	Выполнение техники контрольных упражнений в игре волейбол.	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с мячами. Выполняют технику подачи и ловли мяча в стойке игрока; Выполняют технику игры у сетки: три шага – бросок через сетку	<b>Научаться:</b> -организуют проведение разминки с мячом; -демонстрируют технику стойки подачи в игре волейбол (бросок мяча одной рукой из-за плеча);	<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.		

№ 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 ΔΔ. 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	1	Организуют проведение разминки на гибкость и	<b>Научаться:</b> -соблюдают	<b>Познавательные:</b> ориентируются в	<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность,		

	места в игре футбол.		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.	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.	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.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
82	<b>Способы ФД:</b> <i>Организация и проведение п/игры на быстроту с мячом «Передача мячей по кругу» «Вызов номеров»</i>	1	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> 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:	<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	<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 ситуациях (с помощью педагога)		

			Удар по мячу внутренней стороной стопы с места и с разбега по воротам и в передачах друг другу.	игре футбол.	способа решения <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
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 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 (с помощью педагога)		
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	<b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		29-н

					мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
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 (с помощью педагога)		
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 решению в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		
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	<b>Научаться:</b> -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.	<b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью		30-н

			свободный удар. Демонстрируют технику игры в футбол. Адекватно воспринимают оценку учителя; знают параметры оценки.	в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	<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.	педагога)			
<b>Легкая атлетика - 11ч (2к)</b>									
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 тестов: наклон туловища вперед из положения	<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>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			

				сид, бег 30 м, прыжок с места; -организовывать и проводить п/игру «Быстро по местам», соблюдая правила	<b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
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;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления.	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие		

				-демонстрировать уровень скоростно-силовых и координационных способностей на дистанции 3×10м	<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	мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
94	Техника встречной эстафеты на 30 м. Разучивание п/игры с элементами волейбола	1	Развивать скоростно-силовые и координационные качества на спринтерские дистанции встречной эстафеты; Разучить правила п/игры «Снайпер»	<b>Научаться:</b> -демонстрировать технику прыжка в длину с места; - демонстрировать быстрый бег, ловкость и прыгучесть в эстафете;	<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		32-н
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	<i>БЕСЕДА: «ПРАВИЛА БЕГА В ПАРАХ ПО ДИСТАНЦИИ»</i> 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 воробы»	<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 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		33-н
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;	<b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла		

					оценивают правильность выполнения действия <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия	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.		

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ**

- Лях В.И. мой друг – физкультура: Учеб. Для учащихся 1-4 кл.нач. шк./В.И. Лях – 2 изд. – М.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

- Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;
- Участие в совместных со сверстниками подвижных играх и элементах соревнований;
- Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.