

«Согласовано»

на заседании МО накл,
Протокол № 1
«28» августа 2017 г.

«Утверждено»

Педсоветом ГБОУ СОШ № 156
Протокол № 52
«28» августа 2017 г.

«Утверждено»

Директор ГБОУ СОШ № 156
Приказ № 150. 31.08.17
« » Авг 2017 г.



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 156
Калининского района
Санкт - Петербурга

Рабочая программа

по физической культуре базовый

Класс 3

Учитель: Подольская Марина Валерьевна

учебный год 2017 - 2018 г.

Пояснительная записка

Статус документа

Данная рабочая программа составлена на основе нормативных документов:

- Авторская программа по физическому воспитанию «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (авторы - В. И. Лях, А. А. Зданевич)
- авторской программы «Физическая культура» (для четырехлетней начальной школы) Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е (Сборник программ «Образовательная система «Школа 2100»/ Под науч. ред. Д.И.Фельдштейна. Изд. 2-е, доп. - М.: Баласс, 2011г).,
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ст. 28. « Компетенция, права, обязанности и ответственность образовательной организации»;
- Приказ Министерства образования РФ от 5 марта 2004 года № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» п. 19.5
- Концепции модернизации Российского образования;
- Концепции содержания непрерывного образования;
- Письмо Министерства образования РФ от 31.10.2003г. «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе»
- Федеральный базисный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ (Приказ МО РФ ОТ 09.03.2004 № 1312).
- Учебного плана ГБОУ СОШ № 156 на 2017-2018 учебный год.

Характеристика учебного предмета

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста. Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры. Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой. Содержание уроков строить так, чтобы удовлетворять наиболее актуальные потребности обучающихся в активной деятельности, познании, общении, утверждении собственной личности.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Уровень изучения учебного материала базисный. Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников. Уровень программы - базовый стандарт. Учебный предмет входит в Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений РФ.

Рабочая программа, согласно БУПу, рассчитана на 102 часа (3 часа в неделю), конкретизирует содержание блоков образовательного стандарта, дает распределение учебных часов по крупным разделам курса и последовательность их изучения. В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается со второго полугодия второго класса (или раньше в соответствии с решением педагогического совета школы). По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы: в соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры (М., 2001) предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 1–4 классах составлено в соответствии с «Комплексной программой физического воспитания учащихся» (В.И.Лях, А.А.Зданевич). При этом вид программного материала «Лыжная подготовка» – заменена разделом «Кроссовая подготовка», на изучение раздела «Подвижные игры» добавлено часов. Часы вариативной части дополняют основные разделы программного материала базовой части, при этом с учетом рекомендаций Минобрнауки РФ с целью содействия физическому развитию обучающихся, повышению двигательной активности в режиме учебного дня увеличено изучение программного материала в разделах «Подвижные игры», «Легкоатлетические упражнения».

Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих целей и задач:

Цель: содействие всестороннему гармоничному развитию личности; формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи:

-укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

-совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

-формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

-развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Межпредметные связи.

На уроках физической культуры целесообразна опора на межпредметные связи с природоведением (закаливание, требования к одежде ученика, работа мышц, режим дня и т. д.), математикой (измерение длины прыжка, дальности метания, скорости и продолжительности бега и т. д.), музыкально-ритмическим воспитанием (красота движений, поз) и др.

Уроки физической культуры должны строиться на принципах демократизации, гуманизации, педагогике сотрудничества, личностного и деятельностного подходов, оптимизации учебно-воспитательного процесса. Программа включает в себя содержание только урочных форм занятий по физической культуре.

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без них невозможна успешная адаптация к жизни и эффективное осуществление трудовой деятельности вне зависимости от того, какую профессию выбирает молодой человек в будущем. Базовый компонент составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных особенностей работы школы и индивидуальных способностей учеников, в отличие от вариативной части, где всё это учитывается.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебной культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Основные формы организации учебного процесса:

Основные используемые технологии при реализации программы:

-игровая

-здоровьесберегающая

-модульная

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры принято подразделять на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала.

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

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

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

Для полной реализации программы необходимо постоянно укреплять материально-техническую и учебно-спортивную базу, регулярно проводить спортивные соревнования и показательные выступления для каждой возрастной группы учащихся.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе занимаются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Школьники специальной и подготовительной медицинской группы учатся осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и выполнять доступные для них двигательные действия.

Основные методы организации и осуществления деятельности учащихся:

- словесный (беседа, рассказ, описание схемы, алгоритма)
- наглядный (показ, демонстрация)
- практический (разучивания упражнений)
- аналитический
- синтетический
- репродуктивный
- самостоятельной работы
- совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств
- игровой и соревновательный

Основные формы организации учебного процесса:

Индивидуальная	Парная	Групповая	Фронтальная
<p>Обособленная учебная работа, без контакта с другими людьми.</p> <p>(ученик-снаряд, ученик- беговая дорожка).</p>	<p>Работа внутри одной обособленной пары, участники пары постоянные, один выполняет упражнение, другой корректирует,</p> <p>(ученик-ученик, учитель-ученик).</p>	<p>Занятия, подвижные игры, соревнования с разделением на группы.</p>	<p>Каждый ученик одновременно работает с разными членами коллектива и наоборот, все работают с каждым учеником.</p> <p>(ученик-ученики, ученики-ученики в подвижных играх)</p>

Уровень деятельности учащихся репродуктивный и творческий.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что обучающиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что обучающимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Вызов как метод оценки используется для выявления достижений отдельных обучающихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и с несколькими ответами на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении.

Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы с выполнением конкретного комплекса и т. п.

Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями в виде ОРУ.

Данные методы можно применять и индивидуально, и фронтально, и в группе, когда одновременно оценивается большая группа, один ребёнок или класс в целом.

Система оценивания «пятибалльная»

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

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

В соответствии с требованиями ФГОСа предполагаются **личностные, метапредметные и предметные** результаты освоения учебного предмета

Личностные

У учащихся будут сформированы:

- положительное отношение к урокам физической культуры;
- понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека;
- мотивация к выполнению закаливающих процедур.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры;
- положительной мотивации к изучению различных приёмов и способов;
 - уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные

Учащиеся научатся:

- выполнять правила поведения на уроках физической культуры;
- рассказывать об истории возникновения Олимпийских игр, о летних и зимних Олимпийских играх; о физическом развитии человека;
- называть меры по профилактике нарушений осанки;
- определять способы закаливания;
- определять влияние занятий физической культуры на воспитание характера человека;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять различные виды ходьбы;
- выполнять различные виды бега;
- выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с разбега, с поворотом на 180°;
- прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
- метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м;
- выполнять кувырок вперед;
- выполнять стойку на лопатках;
- лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке;
- перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов;
- выполнять танцевальные шаги;

играть в подвижные игры;

выполнять элементы спортивных игр.

Учащиеся получают возможность научиться:

понимать влияние физических упражнений на физическое развитие человека;

рассказывать о видах спорта, включённых в программу летних и зимних Олимпийских игр;

определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;

выполнять упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки;

организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Метапредметные

Регулятивные

Учащиеся научатся:

понимать цель выполняемых действий;

выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;

адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;

анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);

вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получают возможность научиться:

продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;

объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;

самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;

координировать взаимодействие с партнёрами в игре;

организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

Познавательные

Учащиеся научатся:

осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника;

различать, группировать подвижные и спортивные игры;

характеризовать основные физические качества;

группировать игры по видам спорта;

устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

Учащиеся получают возможность научиться:

осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;

свободно ориентироваться в книге, используя информацию форзацев, оглавления, справочного бюро;

сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;

устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека
организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Коммуникативные

Учащиеся научатся:

рассказывать об истории Олимпийских игр и спортивных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

Учащиеся получают возможность научиться:

выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
понимать действия партнёра в игровой ситуации.
общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Учащиеся 3 класса должны демонстрировать уровень физической подготовленности

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	мальчики			девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	4 и выше	2-3	1			
Подтягивание в висе лёжа согнувшись, кол-во раз				14 и выше	6-10	3 и ниже
Бег на 30м, сек.	5,6 и менее	7,3-6,2	7,5 и более	5,8 и менее	7,5-6,4	7,6 и более
Челночный бег 3*10 м, с	9,9 и менее	10,8-10,3	11,2 и более	10,2 и менее	11,3-10,6	11,7 и более
Прыжок в длину с места, см	155 и более	115-135	100 и менее	150 и более	110-130	90 и менее
6-минутный бег, м	1100 и более	730-900	700 и менее	900 и более	600-800	500 и менее
Наклон вперёд из положения сидя, см	9 и более	3-5	1 и менее	11,5 и более	6-9	2 и менее

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

	Вид программного материала	Количество часов (уроков)	
		Четверти	

№ п/п		1	2	3	4	год
1	Базовая часть	27	8	16	7	78
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока				
1.2	Подвижные игры	2	-	16	-	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	-	18	-	-	18
1.4	Легкоатлетические упражнения	11	-	-	10	21
1.5	Кроссовая подготовка	14	-	-	7	21
2	Вариативная часть	-	3	14	7	24
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	-	3	14	7	24
	ИТОГО:	27	21	30	24	102

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Базовая часть:

- Основы знаний о физической культуре:
- естественные основы
- социально-психологические основы
- приёмы закаливания
- способы саморегуляции
- способы самоконтроля

- Легкоатлетические упражнения:
- бег
- прыжки
- метания
- Гимнастика с элементами акробатики:
- построения и перестроения
- общеразвивающие упражнения с предметами и без
- упражнения в лазанье и равновесии
- простейшие акробатические упражнения
- упражнения на гимнастических снарядах
- Кроссовая подготовка:
- освоение техники бега в равномерном темпе
- чередование ходьбы с бегом
- упражнения на развитие выносливости
- Подвижные игры:
- освоение различных игр и их вариантов
- система упражнений с мячом

2. Вариативная часть:

- подвижные игры с элементами баскетбола

Содержание курса 3 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

Способы физкультурной деятельности

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: мост из положения лежа на спине; перекуты в группировке с последующей опорой руками за головой; 2-3 кувырка вперёд; стойка на лопатках; лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лёжа на животе, подтягиваясь руками; по канату; перелезание через бревно, коня.

Легкая атлетика

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги; разновидности ходьбы и бега; метание малого мяча с места

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Парашиотисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

На материале спортивных игр:

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

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

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гимнастические палки), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

На материале легкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения утренней гимнастики, закаливающие процедуры, применять рекомендованные для начальной школы подвижные игры и другие физические упражнения с целью укрепления здоровья и повышения физической работоспособности.

Способы спортивной деятельности: осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта (по упрощенным правилам).

Способы поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы; помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей, имеющих слабые результаты; быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр и выполнения других занятий.

Планирование контроля.

Плановые контрольные уроки (количество часов): 19 (тесты)

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

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

старт не из требуемого положения;

отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;

бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;

несинхронность выполнения упражнения.

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

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками).

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

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

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

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

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

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

Основные критерии выставления оценок по теоретическому курсу

«5» - ставится если:

- полно, осознано и правильно раскрыто содержание материала в объеме программы;

- есть самостоятельность и уверенность суждений, использованы ранее приобретенные знания (как на уроках ОБЖ, так и на уроках по другим предметам), а так же знания из личного опыта и опыта других людей;

- рассказ построен логически последовательно, грамотно, с использованием общенаучных приемов (анализа, сравнения, обобщения и выводов);

- четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно, использованы научные термины.

«4» - выставлена тогда, когда:

- раскрыто основное содержание материала, ответ самостоятелен и построен достаточно уверенно и грамотно в речевом отношении;

- в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины;

- определение понятий не полное, допускаются незначительные нарушения, последовательность, искажение, 1-2 неточности в ответе при использовании научных терминов.

«3» - ставится, если:

- усвоено основное содержание учебного материала, но изложено фрагментарно, не всегда последовательно;

- определения понятий недостаточно четкие;

- не используются в качестве доказательства выводы и обобщения или допускаются ошибки при их изложении, неумело применяются полученные знания в жизненных ситуациях, но могут быть устранены с помощью учителя;

- допускаются ошибки и неточности в использовании научной терминологии и определении понятий

«2» - получает тот, кто:

- не раскрыл основное содержание учебного материала;

- не дал ответы на вспомогательные вопросы учителя;

- при проверке выполнения Д.З. не ответил ни на один из вопросов;

- допускаются грубые ошибки в определении понятий и использовании терминологии.

Итоговые оценки

Оценка за четверть и полугодие выводится на основании текущих. Итоговая оценка за год выставляется на основании четвертных и за счет прироста в тестировании.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Школьники специальной медицинской группы оцениваются по уровню овладения ими раздела «Основы знаний», умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и выполнения доступных для них двигательных действий.

Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены учащемуся (родителям), выставляется положительная отметка.

Положительная отметка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
Технические средства обучения	
Аудиозаписи	Д
Музыкальный центр	Д
Учебно-практическое оборудование	
Козел гимнастический	П

Канат для лазанья	П
Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
Стенка гимнастическая	П
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
Палка гимнастическая	К
Скакалка детская	К
Мат гимнастический	П
Гимнастический подкидной мостик	Д
Кегли	К
Обруч пластиковый детский	Д
Планка для прыжков в высоту	Д
Стойка для прыжков в высоту	Д
Флажки: разметочные с опорой, стартовые	Д
Рулетка измерительная	К
Лыжи детские (с креплениями и палками)	П
Щит баскетбольный тренировочный	Д
Сетка для переноски и хранения мячей	П
Сетка волейбольная	Д

- Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);
К – полный комплект (для каждого ученика);
Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);
П – комплект

Перечень учебно – методических средств обучения.

- 1.Гейхман, Трофимов, О. Н. Легкая атлетика в школе. - М.: ФиС, 1972.
- 2.Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2006г.
- 3.Гуревич И.А. «300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию», 2004
4. Качашкин В.М. Методика физ.воспитания
 5. Коваленко М.И., Пекшева А.Г. Справочник учителя 1-11 классов. - Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 192 с.
 6. Коростелев, Н. Б. Воспитание здорового школьника: пособие для учителя / под ред. В. Н. Кар-дашенко. - М.: Просвещение, 1986.
 7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для студентов институтов физкультуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
 8. Настольная книга учителя физической культуры: Справ. – метод. пособие / Сост. Б.И. Мишин. – М.: «Издательство АСТ; ООО «Издательство Астрель», 2003. – 626 с.
 9. Погадаев, Г. И. Настольная книга для учителя физической культуры. - М.: ФиС, 2000.
 10. Спортивные игры / под ред. Ю. И. Портных. - М.: ФиС, 1975.
 11. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студентов высших учеб заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский дом «Академия», 2001. – 480 с.
 12. Шестернинов Е.Е., Арцев М.Н. Методические рекомендации по разработке авторских учебных программ // Практика административной работы, 2003. - № 5. – С. 3 – 11.
 13. Физкультура 3 класс Поурочные планы Авторы-составители М.С. Блудилина, С.В. Емельянов Волгоград, изд-во «Учитель», 2007г

Интернет-ресурсы:

- 1.<http://varb.ru/uchebnaya-literatura-dlya-srednix-i-starshix-klassov/drugie-7.discipliny/fizkultura/>
- 2.<http://www.uroki.net/docfizcult.htm>
- 3.<http://varb.ru/uchebnaya-literatura-dlya-srednix-i-starshix-klassov/drugie-discipliny/fizkultura/kompleksnaya-programma-fizicheskogo-vospitaniya-programma-dlya-uchashhixsya-1-11-klassov.html>

4.<http://festival.1september.ru/articles/511352/>

5.<http://www.shkola.net.ua/uchitel.php?cat=1>

Календарно-тематическое планирование по физической культуре во 3 классе

№	Тема урока	Тип урока. Количество часов	Элементы содержания	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности				Домашнее задание	Дата по плану	Дата по факту
					Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД	Личностные УУД			
1.	Техника безопасности в подвижных играх на материале л/атлетики. Оказание первой помощи.	Вводный 1 час	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Инструктаж по ТБ	Формировать представления о правилах безопасности поведения на занятиях; ознакомить с содержанием занятий физической культурой, гигиеническими и эстетическими требованиями к комплекту одежды для занятий физкультурой; дать общие	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Т.б.на уроках легкой атлетики		

				представления о строевых командах и распоряжениях							
2.	Разучивание высокого старта с последующим ускорением. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по 1, по 2, из шеренги по 1, по 2.	Комбинированный 1 час	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Формировать представления о разнообразиях спортивного инвентаря и оборудования; учить быстро переодеваться и аккуратно складывать одежду; ознакомить с основными положениями и движениями рук, ног, туловища, головы; ознакомить с техникой выполнения высокого старта с последующим ускорением.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Творч. задание: нарисовать спорт. инвентарь		
3.	Урок – игра на материале лёгкой атлетики.	Комбинированный 1 час	Бег с ускорением 30 м. Игра «Пятнашки» Эстафеты с	Повторить правила поведения на уроках	Оценивание красоты телосложения и осанки,	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме	Умения активно включаться в коллектив	Проявлять положительные качества личности и управлять	Повороты		

	Эстафеты с предметами		предметами. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	физической культуры; ознакомить с разнообразием общеразвивающих упражнений; учить выполнению прыжков на месте на двух ногах с определенным положением рук и прыжком на двух ногах с продвижением вперед слева и справа от натянутого шнура.	сравнение их с эталонными образцами.	дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	ную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях			
4.	Закрепление высокого старта с последующим ускорением. Бег 30 м. с высокого старта.	Комбинированный 1 час	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ.	Руководствуются правилами профилактики травматизма. В паре со сверстниками моделируют случаи травматизма и оказания первой помощи. Совершенствуют	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Техника многокочка		

			Развитие скоростных и координационных способностей	Бег с высокого старта							
5.	Разучивание низкого старта с последующим ускорением. Бег 30 м. с высокого старта. Передвижения в колонне по 1 и 2. Упражнения на внимание.	Комбинированный 1 час	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей	Продолжить формирование представлений о правилах безопасного поведения при занятиях физическими упражнениями; повторить разученные ранее строевые упражнения; совершенствовать технику выполнения низкого старта с последующим ускорением.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

6.	Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Эстафеты с предметами и без них. Прыжки в длину с места «Кто дальше»	Комбинированный 1 час	Эстафеты с предметами и без них. Прыжки в длину с места «Кто дальше»	Продолжить формирование представлений о правилах безопасного поведения при занятиях физическими упражнениями; повторить разученные ранее строевые упражнения; совершенствовать технику выполнения прыжков в длину с места.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Прыжок в длину с места (техника)		
7.	Совершенствование низкого старта с последующим ускорением. Подтягивание на перекладине. Прыжки в длину с места. Бег 800 метров в равномерном	Комбинированный 1 час	Прыжки с поворотом на 180. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и	Формировать представления о правильной осанке; повторить сведения о правилах безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями; совершенствовать выполнение	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания			

	темпе без учета времени.		координационных способностей	прыжков в длину с места, учить бегу с изменением направления по сигналу; повторить выполнение строевых упражнений, изученных ранее.							
8.	Челночный бег 3×10м. Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя. Подтягивание на перекладине.	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Познакомить с челночным бегом; закрепить умение бросать мяч из положения стоя и сидя.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умение доносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Подтягивание на перекладине м:из виса стоя 2-3р, д:из виса лежа 10р.		
9.	Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Соревнования между командами	Комбинированный 1 час	Соревнования между командами «Самый быстрый»	Формировать представления о влиянии занятий подвижными играми и физическими упражнениями на телосложение	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			

	«Самый быстрый»			человека; повторить строевые упражнения; закрепить технику челночного бега с переносом кубиков.	существенные связи и отношения между объектами и процессами.						
10.	Челночный бег 3×м. Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя. Равномерный бег на 1000 метров с переходом на ходьбу.	Комбинированный 1 час	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2×2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Челночный бег.	Формировать представления о необходимости выполнения утренней гигиенической гимнастики, ее значимости в режиме дня школьника; повторить строевые упражнения; закрепить технику выполнения челночного бега с переносом кубиков.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризую щими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

11.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Разучивание остановки катящегося мяча.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Защита укрепления», «Стрелки»	Формировать умение правильно оценивать своё самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками	.Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Прыжки через скакалку – 10-15раз.		
12.	Урок- игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Защита укрепления», «Стрелки». Эстафеты с мячами.	Формировать представления учащихся о личной гигиене; учить поворотам на месте; совершенствовать технику ведения мяча.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания			
13.	Бег с изменением направления. Подвижные игры на материале спортивных игр. Совершенств	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление	Формировать представления учащихся о личной гигиене; учить поворотам на месте; учить прыгать с высоты; совершенствовать технику	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандарт	Бросок мяча вверх и ловля 15р.		

	ование остановки катящегося мяча.		е малых препятствий . ОРУ. Развитие выносливос ти. Игра «Третий лишний»	остановки катящегося мяча.	связи и отношения между объектами и процессами.	и способы их улучшения		ных)ситуациях и условиях			
14.	Бег по пересечённ ой местности. Преодоление малых препятствий.	Ком бини рован ный 1 час	Равномерны й бег 3 мин. ОРУ. Чередо- вание ходьбы и бега (50 бег, 100 ходь- ба). Преодолен е малых препятствий . ОРУ. Развитие выносливос ти. Игра «Третий лишний»	Обучать умению пробежать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризую щими её роль и значение в жизнедеятельн ости человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение организовыва ть собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовы вать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинир ованность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ходьба скрестн ым шагом		
15.	Урок- игра, соревновани е «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Ком бини рован ный 1 час	Эстафеты с мячами. Подвижны е игры «Третий лишний»,	В паре со сверстниками моделируют случаи травма тизма и оказания первой помощи.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с	Формировани е социальной роли ученика. Формировани е положительно го	Умения активно включаться в коллектив ную деятельность, взаимодейст	Оказывать бескорыстну ю помощь своим сверстникам, находить с ними общий	Сгибани е и разгибан ие рук в упоре лежа – 12-15р.		

			«Пустое место»	Дают оценку своим знаниям о самопомощи и первой помощи при получении травмы	эталонными образцами.	отношения к учению	вовлечь со сверстниками в достижении целей	язык и общие интересы			
16.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника; повторить выполнение строевых упражнений. Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			

17.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Формировать представления о правилах правильного дыхания при выполнении физических упражнений, в том числе и бега.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Перекаты с ноги на ногу – 10р.		
18.	Урок-игра, соревнования. Эстафеты между командами	Комбинированный 1 час	Эстафеты с мячами. Подвижные игры «Третий лишний», «Пустое место»	Формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при метании; ознакомить с метанием малого мяча в горизонтальную цель; повторить выполнение многоскоков.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях			

					военной деятельностью						
19.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Упражнение на внимание.		
20.	Стойки и перемещения игрока (бег лицом, спиной,	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и	Формировать представления о пользе закаливания организма в	Обеспечение защиты и сохранности природы во время	Умение организовывать собственную деятельность	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам,			

	приставными шагами), остановки и повороты во время бега. Теория «Физическая культура у древних народов, ритуальные танцы и обряды»		бега (60 бег,90 ходьба). Преодоление малых препятствий ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	осеннее время года; познакомить с ритуальными обрядами и танцами древних народов.	активного отдыха и занятий физической культуры	с учётом требований её безопасности, организации места занятий	но – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	находить с ними общий язык и общие интересы			
21.	Урок-игра, соревнование. Встречные эстафеты без предметов и с предметами	Комбинированный 1 час	Встречные эстафеты без предметов и с предметами. Подвижные игры «Пустое место», «Салки с вырубкой»	Формировать представления об оказании первой помощи пострадавшим при занятиях физическими упражнениями в случаях попадания различных посторонних предметов в дыхательные пути, ухо, нос; повторить выполнение строевых	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Приседание на 1 ноге – 4-5раз		

				упражнений; совершенствовать технику метания.							
22.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий . ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
23.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий	Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Приседания – 10 раз.		

			ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»		связи и отношения между объектами и процессами.						
24.	Урок-игра, соревнование. Встречные эстафеты без предметов и с предметами	Комбинированный 1 час	Встречные эстафеты без предметов и с предметами. Подвижные игры «Пустое место», «Салки с выручкой»	Совершенствовать технику метания, челночного бега, повторить упражнения в многоскоках.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
25.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ.	Формировать представления о правилах правильного дыхания при выполнении физических упражнений, в том числе и бега.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности	Набивание мяча одной рукой – 10-15раз		

			Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»		отношения между объектами и процессами.			ности, взаимопомощи и сопереживания			
26.	Подвижные игры на материале спортивных игр.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Передал – садись», «Гонка мячей»	Формировать умение правильно оценивать своё самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками	.Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
27.	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	Комбинированный 1 час	Встречные эстафеты без предметов и с предметами. Подвижные игры «Пустое место», «Салки с выручкой»	Формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при метании; совершенствовать метание малого мяча в горизонтальную цель; повторить выполнение многоскоков.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Прыжки через скакалку на 1 ноге – по 5 раз		

28.	Акробатика. Строевые упражнения. Инструктаж по технике безопасности по физической культуре (занятия на материале подвижных игр, гимнастики с основами акробатики)	Комбинированный 1 час	Размыкание и смыкание приставным и шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных	Формировать представления о правилах безопасности поведения на занятиях. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Т.б. на уроках акробатики		

			способностей. Инструктаж по ТБ	координационных способностей.							
29.	Строевые упражнения. Кувырок вперед; стойка на лопатках, согнув ноги; перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону.	Комбинированный 1 час	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Перекаты		

			способностей. Название гимнастических снарядов								
30.	Урок-игра, соревнования, народные игры. Игры - эстафеты с перелезанием, подлезанием и лазанием	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Горелки», «Два мороза». Игры - эстафеты с перелезанием, подлезанием и лазанием	Формировать представления о преимуществах здорового образа жизни; совершенствовать навыки детей в перестроениях; формировать умение лазать по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног; лазать по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лёжа на животе, подтягиваясь руками; умение перелезать через гимнастическую	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Стойка на лопатках		

				скамейку (высота 40 см)							
31.	Акробатика. Выполнение комбинации из разученных элементов.	Комбинированный 1 час	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Игра «Фигуры»	Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			
32.	Акробатика. Выполнение комбинации из	Комбинированный 1 час	Перестроение из колонны по одному в колонну по	Выполнение комбинации из разученных элементов. Кувырок вперед,	Овладение фактами истории развития физической	Умение анализировать и объективно оценивать результаты	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа	Кувырок		

	разученных элементов.		два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекач вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Игра «Фигуры»	стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекач вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей	культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	средства достижения цели	действия и его результата с заданным эталоном			
33.	Урок-игра, соревнования. Соревнования Чья «березка» лучше	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «У медведя во бору», «Горелки». Соревнования, включающие элементы акробатики.	Развитие координационных способностей.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества			

34.	Строевые упражнения. Висы.	Комбинированный 1 час	Передвижение в колонне по одному по указанному ориентиру. Выполнение команды «На два шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. Вис спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. Вис спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Вис на согнутых руках (удержание с 5-10сек.)		
-----	-------------------------------	--------------------------	---	---	--	--	--	--	--	--	--

35.	Строевые упражнения. Висы.	Комбинированный 1 час	Передвижение в колонне по одному по указанному ориентиру. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Передвижение в колонне по одному по указанному ориентиру. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
-----	----------------------------	--------------------------	---	---	---	--	--	---	--	--	--

36.	Урок - игра, соревнование. Эстафеты с предметами. Комплекс корректирующих упражнений на контроль ощущения в постановке головы, плеч, позвоночного столба. Контроль осанки в движении	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Змейка», «Фигуры». Эстафеты с предметами.	Совершенствовать технику строевых упражнений; овладеть навыками ползания на четвереньках, на полчетвереньках, активизировать игровую деятельность учащихся посредством использования на уроке игровых упражнений, основанных на уже усвоенных движениях.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			
37.	Строевые упражнения. Висы.	Комбинированный 1 час	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два шага (четыре) разомкнись!»	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два шага (четыре) разомкнись!» Вис стоя и лежа. Вис спиной к	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			

			<p>» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка».</p> <p>Развитие силовых способностей</p>	<p>гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка».</p> <p>Развитие силовых способностей</p>							
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--

38.	Строевые упражнения. Висы.	Комбинированный 1 час	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Формировать представления об оказании первой помощи при ушибах, которые могут возникнуть при занятиях физическими упражнениями; Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Змейка».	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Подтягивание на перекладине м: в висе стоя, д: в висе лежа		
-----	----------------------------	--------------------------	---	---	--	---	--	--	--	--	--

				Развитие силовых способностей							
39.	Урок - игра, соревнования. Соревнования «лучший акробат». Комплекс ОРУ с гимнастической палкой. Танцевальные упражнения.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Змейка», «Фигуры». Эстафеты с предметами. Соревнования «лучший акробат». Танцевальные шаги: переменный, польки.	Научить уверенному преодолению полосы препятствий и самостраховке при выполнении упражнений по акробатике.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях			

40.	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Иголочка и ниточка»	Комбинированный 1 час	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
-----	--	-----------------------	---	--	--	---	---	---	--	--	--

41.	Лазание по наклонной скамейке. Игра «Иголочка и ниточка»	Комбинированный 1 час	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Подъем туловища из положения лежа – 15-20раз		
-----	--	-----------------------	---	--	--	--	---	--	--	--	--

42.	Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Слушай сигнал», «Иголочка и ниточка». Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	Формировать представления о правилах безопасности и поведении при выполнении упражнений на равновесие, о режиме дня младшего школьника; закрепить умение подтягиваться	Обеспечивание защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
43.	Лазание по гимнастической стенке. Игра «Слушай сигнал».	Комбинированный 1 час	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал».	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания			

			<p>лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей</p>	<p>Развитие координационных способностей</p>							
44.	<p>Лазание по гимнастической стенке. Игра «Слушай сигнал».</p>	<p>Комбинированный 1 час</p>	<p>Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и</p>	<p>Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и</p>	<p>Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека,</p>	<p>Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно исправлять</p>	<p>Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели</p>	<p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>			

			<p>скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей</p>	<p>перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей</p>	<p>связи с трудовой и военной деятельностью</p>						
45.	<p>Урок-игра, соревнование «Кто выше?!» Танцевальные</p>	<p>Комбинированный 1 час</p>	<p>Подвижные игры «Слушай сигнал», «Иголочка и ниточка».</p>	<p>Определять назначение утренней зарядки, физкультминуток, их роль и значение в организации</p>	<p>.Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с</p>	<p>Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного</p>	<p>Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий</p>			

	е упражнения.		Соревнование «Кто выше». Танцевальные шаги: переменный, польки.	здоровье-сберегающей жизнедеятельности	эталонными образцами.	труда, находить возможности и способы их улучшения	воват со сверстниками в достижении целей	язык и общие интересы			
46.	Народные игры. Игры с прыжками через препятствия, с набивными мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Волк во рву», «Удочка»	Закрепить знания правил поведения при выполнении упражнений с мячом.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества	Перепрыгивание через вращающуюся скакалку – 10р.		
47.	Народные игры. Игры с прыжками через препятствия, с набивными мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Зайчик», «Хромая лиса», «Чехарда».	Закрепить знания правил поведения при выполнении упражнений с мячом	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях			

							и взрослыми людьми				
48.	Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Зайчик», «Хромая лиса», «Чехарда». Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	Формировать представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на равновесие, о режиме дня младшего школьника; закрепить умение подтягиваться	Обеспечивание защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
49.	Инструктаж по технике безопасности во время проведения игры. Значение подвижных игр.	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. ТБ	Продолжить формирование представлений о пользе подвижных игр для организма младшего школьника	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			

50.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановкой по сигналу.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановкой по сигналу. Развитие координационных способностей	Продолжить формирование представлений о пользе подвижных игр для организма младшего школьника; ознакомить с понятиями «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризую щими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Ведение мяча правой и левой руками		
51.	Спортивные и подвижные игры	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Развитие координационных	Продолжить формирование представлений о пользе подвижных игр для организма младшего школьника; ознакомить с понятиями	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению			

			способностей	«травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей							
52.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановкой по сигналу.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановкой по сигналу. Развитие координационных способностей	Проверить усвоение материала; закрепить знания о необходимости выполнения физических упражнений для здоровья человека.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Ведение мяча по прямой		

53.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ловля и передача мяча в движении. Развитие координационных способностей	формировать представления о двигательном режиме младшего школьника .	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Бросок и ловля мяча над собой		
54.	Спортивные и подвижные игры	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» , «Лапта» Развитие координационных способностей	Формировать знания о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени; укрепить уверенность детей в своих спортивных способностях.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			

					военной деятельностью						
55.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ловля и передача мяча в движении. Развитие координационных способностей	Формировать знания о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени; укрепить уверенность детей в своих спортивных способностях.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Бросок и ловля мяча от пола		
56.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ловля и передача мяча в движении. Развитие координационных способностей	Продолжить формирование представлений о правилах безопасности и поведении при занятиях физическими упражнениями в гимнастическом зале; обобщить знания и умения; повторить	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению			

			способностей	разученные ранее подвижные игры.							
57.	Урок-игра, соревнование. Эстафета	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» . Эстафеты.	Продолжить формирование представлений о разнообразии акробатических упражнений, повторить перебрасывание мяча с руки на руку, удары мячом об пол и ловлю, прыжки вверх с доставанием рукой подвешенного предмета; ознакомить с комплексом упражнений; учить метанию мяча одной рукой с места в щит с расстояния 3 м.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания			
58.	Подвижные игры на	Комбинированный	Подвижные игры «Большой	Продолжить формирование	Овладение фактами	Умение организовыва	Умения организовы	Проявлять положительн	Набивание мяча		

	материале спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении.	рованный 1 час	мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ловля и передача мяча в движении. Развитие координационных способностей	представлений о разнообразии подвижных игр.	истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	ть собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	вать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	ые качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	– по 10-15р каждой рукой		
59.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ловля и передача мяча в движении. Развитие координационных способностей	Продолжить формирование представлений о правилах безопасности и поведении при занятиях физическими упражнениями в гимнастическом зале; обобщить знания и умения; повторить разученные ранее подвижные игры.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			

60.	Урок-игра, соревнование. «Кто дальше уедет после спуска»	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» . Соревнование «Кто дальше уедет после спуска»	Повторить знания о правилах безопасности при занятиях физическими упражнениями, о необходимости владения элементарными правилами оказания первой помощи при травмировании; повторить изученные акробатические упражнения.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			
61.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении.	Контрольный 1 час	Ловля и передача мяча в движении (контроль в условиях эстафет). Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Ловля и передача	Формировать представления о правилах безопасности и поведения во время игры; контроль передачи малого мяча друг другу и ловли мяча двумя руками.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению			

			мяча в движении. Развитие координационных способностей								
62.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч». Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Развитие координационных способностей	Формировать представление о правилах безопасности и поведения во время игры; учить передаче малого мяча друг другу и ловле мяча двумя руками; броскам в цель	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества	Бросок мяча в цель		
63.	Урок-игра, соревнование. Метание снежков в цель на дальность.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч». Метание	Развивать навыки метания и ловли, координацию движений.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандарт			

	«Кто у нас самый ловкий?».		снежков в цель на дальность.			возможности и способы их улучшения	в достижении целей	ных)ситуациях и условиях			
64.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч». Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Развитие координационных способностей	Развивать навыки метания и ловли, координацию движений.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
65.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч». Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Развитие координации	Совершенствовать технику упражнений с мячом	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Бросок мяча в кольцо		

			онных способностей		между объектами и процессами.						
66.	Урок-игра, соревнование. «Кто дальше уедет после спуска».	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему» Соревнование «Кто дальше уедет после спуска»	Повторить правила безопасности при выполнении упражнений на равновесие;	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению			
67.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч». Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Развитие координационных	Повторить технику бросков мяча.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества	Бросок мяча в мишень		

			способностей								
68.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Контрольный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч». Броски в цель (кольцо, щит, мишень) – контроль.	Повторить технику бросков мяча; оценить технику бросков мяча в цель	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
69.	Урок-игра, соревнование. Эстафета	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта» Развитие координационных способностей	Продолжить формирование представлений о необходимости самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

70.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ведение мяча на месте.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта» Ведение мяча на месте. Развитие координационных способностей	продолжить формирование представлений о необходимости самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Приседание с набивным мячом –8-10раз		
71.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ведение мяча на месте.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта» Ведение мяча на месте. Развитие координационных способностей	Формировать представления о важности проведения закаляющих процедур в весенний период времени; ознакомить с играми в весенний период времени.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

72.	Урок-игра, соревнования. Игры и эстафеты с мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта». Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	Формировать представления о важности проведения закаляющих процедур в весенний период времени; ознакомить с играми в весенний период времени.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания			
73.	Игры и эстафеты с мячами	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта» Развитие координационных способностей	Формировать представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале; повторить построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг;	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Бросок мяча из-за головы в положении сидя на полу		

				совершенствовать умения в перебрасывании мячей; разучить пробегание под длинной вращающейся скакалкой.							
74.	Игры эстафеты мячами	и с	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта» Развитие координационных способностей	Формировать представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале; повторить построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; совершенствовать умения в перебрасывании мячей; разучить пробегание под длинной	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризую щими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Бросок мяча над собой одной рукой, а ловля - другой	

				вращающейся скакалкой.							
75.	Урок-игра, соревнование «Стремительные передачи»	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта». Соревнование «Стремительные передачи»	Формировать знания и представления об особенностях двигательного режима школьника в весенний период;	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			
76.	Игры и эстафеты с мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта». Соревнование «Стремительные передачи» Развитие координационных способностей	Формировать представления о влиянии занятий оздоровительной ходьбой на состояние здоровья человека; повторить повороты переступанием, прыжком, размыкание на ширину поднятых в стороны рук,	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительно го отношения к учению			

				технику челночного бега.							
77.	Игры и эстафеты мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Большой мяч», «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта». Соревнование «Стремительные передачи» Развитие координационных способностей	Продолжить формирование знаний и представлений о влиянии занятий бегом на состояние здоровья человека; закрепить технику метания.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания			
78.	Урок-игра. Игры бегом. Эстафеты мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч», «Лапта». Соревнование «Стремительные передачи» Развитие	Продолжить формирование знаний и представлений о влиянии занятий бегом на состояние здоровья человека;	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека,	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		

			координационных способностей	закрепить технику метания.	связи с трудовой и военной деятельностью						
79.	Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой: выполнении прыжков, метаний и беговых упражнений; кроссовой подготовкой и во время подвижных игр. Игры и эстафеты с мячами. ОРУ типа зарядки.	Комбинированный 1 час	Игры и эстафеты с мячами. ОРУ типа зарядки.	Продолжить формирование представлений о разнообразии общеразвивающих упражнений;	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
80.	Народные игры.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Белки, орехи, шишки», «Коршун и наседка», «Хромя лиса»	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

81.	Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Белки, орехи, шишки», «Коршун и наседка», «Хромя лиса» Эстафеты с мячами.	Продолжить формирование знаний и представлений о влиянии занятий бегом на состояние здоровья человека; закрепить технику метания.	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях			
82.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ведение мяча правой и левой рукой в движении.	Комбинированный 1 час	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Ведение мяча правой и левой рукой		

			координационных способностей								
83.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ведение мяча правой и левой рукой в движении.	Комбинированный 1 час	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			
84.	Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Белки, орехи, шишки», «Коршун и наседка»,	Продолжить формирование знаний и представлений о влиянии занятий бегом на	Овладение фактами истории развития физической культуры,	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в			

			«Хромая лиса» Эстафеты с мячами.	состояние здоровья человека; закрепить технику метания.	характеризую щими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	отдыха с использованием средств физической культуры	достижения цели	различных (нестандартных) ситуациях и условиях			
85.	Подвижные игры на материале спортивных игр. Ведение мяча правой и левой рукой в движении	Комбинированный 1 час	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества	Творч. задание: нарисовать любой вид спорта		

86.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 3 минуты. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника; повторить выполнение строевых упражнений. Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Выпрыгивание вверх из упора присев – 5-6 раз		
87.	Урок-игра, соревнования. Эстафеты между командами	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Пятнашки», «Лисы и куры», «Прыгающие воробушки» Эстафеты	Формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при метании; совершенствовать метание малого	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки,	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандарт			

			между командами	мяча в горизонтальную цель; повторить выполнение многоскоков.	жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	эффективно их исправлять		ных) ситуациях и условиях			
88.	Бег по пересечённой местности. Преодоление малых препятствий.	Комбинированный 1 час	Равномерный бег 3 минуты. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника; повторить выполнение строевых упражнений. Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
89.	Бег по пересечённой местности.	Комбинированный	Равномерный бег 4 минуты.	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника; повторить выполнение строевых упражнений. Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			

	й местности. Преодоление малых препятствий.	ный 1 час	ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	пользе физических упражнений для организма младшего школьника; повторить выполнение строевых упражнений. Обучать умению пробегать в равномерном темпе до 4 минут, чередовать ходьбу с бегом, преодолевать препятствия.	сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
90.	Урок-игра, соревнование. Эстафета	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Пятнашки», «Лисы и куры», «Прыгающие воробушки» Эстафеты между командами	Продолжить формирование представлений о необходимости самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

					между объектами и процессами.						
91.	Шестиминутный бег (учёт).	Контрольный 1 час	Равномерный бег 6 минут (учёт). ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника; повторить выполнение строевых упражнений; контроль теста на выносливость.	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			
92.	Бег 1 км (учёт).	Контрольный 1 час	Бег 1 км (учёт). ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Формировать представления о пользе физических упражнений для организма младшего школьника; повторить выполнение строевых упражнений;	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном			

				контроль дистанции 1 км.							
93.	Урок-игра, соревнования. Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Два мороза», «Точный расчёт» Эстафеты с мячом с различных стартов.	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Повороты в строю		
94.	Метание малого мяча в цель с места. Игры с бегом.	Комбинированный 1 час	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2×2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствовать двигательные умения и навыки; учить бегу на 800-1000метров с высокого старта	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональной – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

95.	Метание малого мяча в цель с места (учёт). Бег 30 м с высокого старта.	Контрольный 1 час	Метание малого мяча в цель с места (учёт). Бег 30 м с высокого старта. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Продолжить формирование представлений о разнообразии подвижных игр и физических упражнений для проведения в весенний и летний периоды.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении целей	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях			
96.	Урок-игра, соревнования. Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием.	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Два мороза», «Точный расчёт» Эстафеты с мячом с различных стартов.	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению			
97.	Бег 30 м с высокого старта (учёт). Техника	Контрольный 1 час	Бег 30 м с высокого старта	Совершенствовать двигательные	Овладение базовыми предметными	Умение анализировать и объективно	Потребность в общении с учителем.	Проявлять положительные качества личности и	Прыжки через скакалку на 2-х		

	челночного бега 3x10м.		(учёт). Техника челночного бега 3x10м. Развитие скоростных и координационных способностей	умения и навыки учащихся.	и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Умение слушать и вступать в диалог	управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	ногах – 15-20 раз		
98.	Учёт челночного бега 3x10м. Прыжки в длину с места.	Контрольный 1 час	Учёт челночного бега 3x10м. Прыжки в длину с места. Развитие скоростных и координационных способностей	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях			
99.	Урок-игра, соревнования. Эстафеты с мячом с различных	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Два мороза», «Точный	Совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся.	Овладение базовыми предметными и межпредметными	Умение анализировать и объективно оценивать	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и	Формирование социальной роли ученика. Формирование	Прыжки через скакалку на 1		

	стартов. Игры с бегом и метанием.		расчёт» Эстафеты с мячом с различных стартов.		ыми понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	вступать в диалог	положительно го отношения к учению	ноге – 10 раз		
100.	Учёт прыжка в длину с места. ОРУ с мячами. Игровые упражнения с малыми мячами. Подтягивание на перекладине.	Контрольный 1 час	Учёт прыжка в длину с места. ОРУ с мячами. Игровые упражнения с малыми мячами. Подтягивание на перекладине.	Продолжить формирование представлений о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями; обобщить знания и умения; повторить разученные ранее подвижные игры.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания			
101.	Учёт подтягивания на перекладине. ОРУ с мячами.	Контрольный 1 час	Учёт подтягивания на перекладине. ОРУ с мячами.	Продолжить формирование представлений о правилах безопасности и поведения при занятиях	Обеспечение защиты и сохранности природы во время активного	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с	Умение доносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительно го отношения			

			Развитие силовых способностей.	физическими упражнениями обобщить знания и умения; повторить разученные ранее подвижные игры.	отдыха и занятий физической культуры	использовани ем средств физической культуры	общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	к учению			
102.	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с мячами	Комбинированный 1 час	Подвижные игры «Два мороза», «Точный расчёт» Эстафеты с мячом с различных стартов.	Обобщить знания о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями во дворе, на площадках и водоемах в летнее время в период каникул; проверить представления об особенностях двигательного режима младшего школьника на летних каникулах. Научить длительной ходьбе с преодолением	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризую щими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы			

				несложных естественных препятствий, ориентированию на местности.								
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--