

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Московская СОШ им. А. П. Кыштымова»

«Согласовано»

Руководитель ШМС
Упирова Л.А
Протокол № 1
от 29.08. 2013 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР
Анциферова А.В

«Утверждаю »

Директора ОУ
Хакимова С. В
Приказ №69
от 30.08.2013 г

Рабочая программа

«Физическая культура»
1-4 класс

Составитель: учитель физической культуры
Ященко П.Я.

2013-2014 учебный год.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе нормативных документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании», ст. 32 «Компетенция и ответственность образовательного учреждения» (п.67);
- Концепции модернизации Российского образования;
- Концепции содержания непрерывного образования;
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2008);
- Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2010).

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 меж предметных и внутри предметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников

УМК учителя- Государственная программа доктора педагогических наук В.И. Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2009 г.

УМК обучающегося:

- Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И. Лях – М. «Просвещение», 2006.
 - Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев - М. «Просвещение», 2006.
- Уровень программы-базовый стандарт.

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 3 часа в неделю всего 102 часов в 1 классе, 105 во 2-4 классах.

Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы: в соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры 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.

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

целью программы - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

$\frac{3}{4}$ укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

$\frac{3}{4}$ совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

$\frac{3}{4}$ формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

$\frac{3}{4}$ развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

$\frac{3}{4}$ обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью 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 меж предметных связей, ориентирующих планирование учебного 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.

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».

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.

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.

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

- 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;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- 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;
- 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;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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.

Структура и содержание рабочей программы

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

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

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

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

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры». При каждом тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

Учитель физической культуры имеет право вводить в учебный процесс дополнительные темы, сокращать или упрощать предлагаемый в программах учебный материал, при этом учителю необходимо избегать учебных перегрузок учащихся, не нарушая логику распределения программного содержания, не выходить за рамки Требований Государственного образовательного стандарта.

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

В разделе «Тематическое планирование» излагаются темы основных разделов программы и приводятся характеристики деятельности учащихся. Данные характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые должны быть получены в конце освоения содержания учебного курса.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Владение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

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.

Формы организации

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры 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. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

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.

По окончании курса «Физическая культура» проводится аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания, разрабатываемые в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой.

Содержание курса

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

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

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

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

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

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

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

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

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

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

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

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

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

Легкая атлетика.

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

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Подвижные и спортивные игры.

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

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

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

На материале спортивных игр:

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

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

Общеразвивающие упражнения

* Данный материал используется для развития основных физических качеств и планируется учителем в зависимости от задач урока и логики прохождения материала.

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, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; 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, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), 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.

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

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

Учебно- тематический план 1-4 классов(3 часа в неделю)

Содержание тем учебного курса

1 класс

Знания о физической культуре

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

Режим дня и личная гигиена.

Способы физкультурной деятельности

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

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

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

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком.

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

Легкая атлетика

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

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

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

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

Подвижные игры

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

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

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

На материале раздела «Спортивные игры»:

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

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

2 класс

Знания о физической культуре

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы физкультурной деятельности

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Легкая атлетика

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

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: 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 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: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

Легкая атлетика

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

Подвижные игры

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

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

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Быстрый лыжник», «За мной».

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».

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

4 класс

Знания о физической культуре

История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии.

Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

Способы физкультурной деятельности

Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игры в баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

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

Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Легкая атлетика

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».

Низкий старт.

Стартовое ускорение.

Финиширование.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель».

На материале раздела «Плавание»: «Торпеды», «Гонка лодок», «Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка катеров».

На материале спортивных игр:

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).

Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол».

Требования к уровню подготовки обучающихся (базовый уровень)

1 класс

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса должны:

- иметь представление:
 - о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
 - о способах изменения направления и скорости движения;
 - о режиме дня и личной гигиене;
 - о правилах составления комплексов утренней зарядки;
- уметь:
 - выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
 - выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
 - играть в подвижные игры;
 - выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
 - выполнять строевые упражнения;
- демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 1).

2 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

- иметь представление:
 - о зарождении древних Олимпийских игр;
 - о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
 - о правилах проведения закаляющих процедур;
 - об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
- уметь:
 - определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
 - вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
 - выполнять закаляющие водные процедуры (обтирание);
 - выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
 - выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
 - выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;
- демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 2).

3 класс

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны:

- иметь представление:
 - о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
 - о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
 - об особенностях игры в баскетбол, волейбол;
- уметь:
 - составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
 - выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в баскетбол и волейбол;
 - проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
 - составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
 - вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
- демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 3).

4 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся IV класса должны:

- знать и иметь представление:
 - о роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии;
 - о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
 - о физической нагрузке и способах ее регулирования;
 - о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;
- уметь:
 - вести дневник самонаблюдения;
 - выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
 - подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
 - выполнять игровые действия в баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;
 - оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;
- демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 4).

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

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

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

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.

Формирование универсальных учебных действий:

Личностные УУД

- Ценностно-смысловая ориентация учащихся,
- Действие смыслообразования,
- Нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УУД

- Умение выражать свои мысли,
- Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
- Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
- Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
- Построение высказываний в соответствии с условиями коммутиации.

Регулятивные УУД

- Целеполагание,
- волевая саморегуляция,
- коррекция,
- оценка качества и уровня усвоения.
- Контроль в форме сличения с эталоном.
- Планирование промежуточных целей с учетом результата.

Познавательные универсальные действия:

Общеучебные:

- Умение структурировать знания,
- Выделение и формулирование учебной цели.
- Поиск и выделение необходимой информации
- Анализ объектов;
- Синтез, как составление целого из частей
- Классификация объектов.

Требования к уровню подготовки обучающихся (повышенный уровень)

Умение применить свои навыки в соревновательной деятельности на внешнем уровне.

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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пла н	Фак т			Предметный	УУД
Легкая атлетика (11 ч) и кроссовая подготовка (11 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
<u>Регулятивные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₂ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • РР₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); 						
<u>Познавательные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ характеризовать основные физические качества; • ПР₂ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • ПР₃ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; 						
<u>Коммуникативные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека; • КР₂ понимать действия партнёра в игровой ситуации; • КР₃ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи. 						
1	09.09.		Ходьба и бег (5 ч)	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два Мороза». Развитие скоростных качеств	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (<i>до 30 м</i>)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
2	10.09		Ходьба и бег. Понятие «короткая дистанция»	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (<i>30 м</i>). Подвижная игра «Вызов номера». Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (<i>до 30 м</i>)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₁

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
3	11.09.		Бег (30 м, 60 м)	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м, 60 м). Подвижная игра «Гуси-лебеди».	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м, до 60 м)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
4	16.09.		Понятие «короткая дистанция»	Понятие «короткая дистанция»		КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
5	17.09.		Разновидности ходьбы	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег (60 м). ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие скоростных качеств	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₂
6	18.09.		Прыжки (3 ч)	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде»	правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₃
7	23.09.		Прыжки. Развитие скоростно-силовых качеств	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств	правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
8	24.09.		Прыжок в длину с места	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Лисы и куры»	правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₁
9	25.09.		Бросок малого	Метание малого мяча из положения, стоя грудью по направлению метания.	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
			мяча (3 ч)	Подвижная игра «К своим флажкам» ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей	мячи на дальность с места из различных положений	
10	30.09.		Подвижная игра «Попади в мяч	Метание малого мяча из положения, стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «Попади в мяч». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₃
11	01.10.		Подвижная игра «Кто дальше бросит»	Метание малого мяча из положения, стоя грудью по направлению метания на заданное расстояние. Подвижная игра «Кто дальше бросит». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
Кроссовая подготовка (11 ч)						
12	02.10.		Бег по пересеченной местности (11 ч)	Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
13	07.10.		Чередование ходьбы и бега	Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
14	08.10.		Развитие выносливости	Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Горелки». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
15	09.10.		Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости	Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Горелки». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃
16	14.10.		Развитие выносливости. Понятие «здоровье»	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «здоровье»	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ РР ₃
17	15.10.		Равномерный бег. Развитие выносливости	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «здоровье»	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ РР ₃
18	16.10.		Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ РР ₂
19	21.10.		Закрепление материала. Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ РР ₃
20	22.10.		Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ РР ₂
21	23.10.		Подвижная игра «Конники-	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пла н	Фак т			Предметный	УУД
			спортсмены»	<i>м).</i> Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости	<i>км)</i>	
22	28.10.		Равномерный бег (8 мин)	Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Гуси-лебеди». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
Подвижные игры на основе баскетбола (22 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
<u>Регулятивные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); 						
<u>Познавательные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ различать, группировать подвижные и спортивные игры; • ПР₂ характеризовать основные физические качества; • ПР₃ группировать игры по видам спорта; • ПР₄ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; 						
<u>Коммуникативные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека; • КР₂ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде; • КР₃ выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта; • КР₄ понимать действия партнёра в игровой ситуации; 						
23	29.10.		Подвижные игры на основе баскетбола (22 ч)	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
24	30.10.		Игра «Бросай и поймай».	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
25	11.11.		Игра «Передача мячей в колоннах»	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
26	12.11.		Закрепление материала	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
27	13.11.		Передача мяча снизу на месте	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте.	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₃
28	18.11.		Игра «Мяч соседу»	ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
29	19.11.		Эстафеты с мячами	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
30	20.11.		Игра «Гонка	Бросок мяча снизу на месте. Ловля	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
			мячей по кругу»	мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	<i>расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	
31	25.11.		Бросок мяча снизу на месте в щит. Игра	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал – садись». Игра в мини-баскетбол.	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
32	26.11.		Игра в мини- баскетбол	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал – садись». Игра в мини-баскетбол.	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
33	27.11.		Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₃
34	02.12.		Закрепление материала. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
35	03.12.		Эстафеты с мячами. Игра	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте.	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние, ловля, ведение, броски)</i>	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
			«Охотники и утки».	ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей	в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	
36	04.12.		Закрепление материала. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки».	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₃
37	09.12.		Эстафеты с мячами. Игра «Круговая лапта».	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Круговая лапта». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
38	10.12.		Закрепление материала. Эстафеты с мячами. Игра «Круговая лапта».	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Круговая лапта». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
39	11.12.		Игра «Мяч в обруч»	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
40	16.12.		Закрепление материала. Игра «Мяч в обруч»	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ.	владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
				Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей	мини-баскетбол	
41	17.12.		Игра «Не давай мяча водящему»	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
42	18.12.		Закрепление материала. Игра «Не давай мяча водящему»	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₃
43	23.12.		Игра «Перестрелка»	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
44	24.12.		Закрепления материала. Игра «Перестрелка».	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передават</i> ь на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
Подвижные игры (20 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
Регулятивные УУД:						

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пла н	Фак т			Предметный	УУД
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₂ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • РР₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ различать, группировать подвижные и спортивные игры; • ПР₂ характеризовать основные физические качества; <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека; • КР₂ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде; • КР₃ выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта; • КР₄ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи. 						
45	25.12.		Подвижные игры (20 ч)	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два Мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
46	13.01.		. Игры «К своим флажкам», «Два Мороза»	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два Мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
47	14.01.		Игры «Класс, смирно!», «Октябрята»	ОРУ. Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
48	15.01.		Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты	ОРУ. Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃ ПР ₂
49	20.01.		Игры «Метко в цель»	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃ ПР ₂
50	21.01.		Игры «Метко в	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка	играть в подвижные игры с бегом,	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
			цель», «Погрузка арбузов»	арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	прыжками, метанием	
51	22.01.		Игры «Через кочки и пенечки	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃ ПР ₂
52	27.01.		Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
53	28.01.		Игры «Волк во рву»,	ОРУ. Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
54	29.01.		Игры «Волк во рву», «Посадка картошки».	ОРУ. Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
55	03.02.		Игры «Капитаны»	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
56	04.02.		Игры «Капитаны», «Попрыгунчики -воробушки»	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
57	05.02.		Игры	ОРУ. Игры «Пятнашки », «Два	играть в подвижные игры с бегом,	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
			«Пятнашки»	Мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	прыжками, метанием	ПР ₂
58	10.02.		Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки»	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
59	11.02.		Игры «Прыгающие воробушки»	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
60	12.02.		Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
61	24.02.		Игры «Лисы и куры»	ОРУ в движении. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
62	25.02.		Игры «Лисы и куры», «Точный расчет»	ОРУ в движении. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃
63	26.02.		Игры «Удочка»	ОРУ в движении. Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
64	03.03.		Игры «Удочка», «Компас»	ОРУ в движении. Игры «Удочка»,	играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	КР ₁ КР ₂ КР ₄ РР ₁ РР ₃

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пла н	Фак т			Предметный	УУД
				«Компас». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	метанием	
Гимнастика (17 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
<u>Регулятивные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); 						
<u>Познавательные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ характеризовать основные физические качества; • ПР₂ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; 						
<u>Коммуникативные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека; • КР₂ выразить собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта; • КР₃ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; • КР₄ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи. 						
65	04.03.		Акробатика. Строевые упражнения (6 ч)	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ	выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
66	05.03.		Название основных гимнастических снарядов	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей.	выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
				Название основных гимнастических снарядов		
67	10.03.		Построение в шеренгу	Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃ ПР ₁
68	11.03.		Игра «Совушка»	Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃
69	12.03.		Построение в круг	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
70	17.03.		Игра «Космонавты»	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей	выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃
71	18.03.		Равновесие. Строевые упражнения (6 ч)	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей	выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
72	19.03.		Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей	выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃
73	31.03.		Игра «Не ошибись!»	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. ОРУ с обручами. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей	выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂ РР ₂
74	01.04.		Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!»	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей	выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃
75	02.04.		Игра «Западня»	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Развитие	выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пла н	Фак т			Предметный	УУД
				координационных способностей		
76	07.04.		Закрепление материала	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Развитие координационных способностей	выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
77	08.04.		Опорный прыжок, лазание (5 ч)	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃
78	09.04.		Игра «Ниточка и иголочка»	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
79	14.04.		Игра «Фигуры»	Лазание по канату. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
80	15.04.		Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Светофор». Развитие силовых способностей	лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₃
81	16.04.		Игра «Три	Подтягивания, лежа на животе на	лазать по гимнастической стенке, канату;	КР ₁ КР ₃ КР ₄ РР ₁ РР ₂

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пла н	Фак т			Предметный	УУД
			движения»	гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Три движения». Развитие силовых способностей	выполнять опорный прыжок	ПР ₂
Кроссовая подготовка (10 ч) и легкая атлетика (11 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
Регулятивные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • ПР₂ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • ПР₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); 						
Познавательные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ характеризовать основные физические качества; • ПР₂ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • ПР₃ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; 						
Коммуникативные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека; • КР₂ понимать действия партнёра в игровой ситуации; • КР₃ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи. 						
82	21.04.		Бег по пересеченной местности (10 ч)	Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ ПР ₁ ПР ₂ ПР ₂
83	22.04.		Подвижная игра «Пятнашки»	Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ ПР ₁ ПР ₂ ПР ₁

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
84	23.04.		Подвижная игра «Октябрята».	Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃
85	28.04.		Закрепление материала. Подвижная игра «Октябрята».	Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃
86	29.04.		Подвижная игра «Два Мороза»	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Два Мороза». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ РР ₃
87	30.04.		Закрепление материала. Подвижная игра «Два Мороза»	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Два Мороза». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ РР ₃
88	05.05.		Подвижная игра «Третий лишний»	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ РР ₂
89	06.05.		Закрепление	Равномерный бег (7 мин). Чередование	бегать в равномерном темпе (до 10 мин);	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ РР ₃

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
			материала. Подвижная игра «Третий лишний»	ходьбы, бега (<i>бег – 50 м, ходьба – 100 м</i>). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости	по слабо пересеченной местности (<i>до 1 км</i>)	
90	07.05.		Подвижная игра «Вызов номеров»	Равномерный бег (<i>8 мин</i>). Чередование ходьбы, бега (<i>бег – 60 м, ходьба – 100 м</i>). Подвижная игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (<i>до 10 мин</i>); по слабо пересеченной местности (<i>до 1 км</i>)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₁
91	12.05.		Закрепление материала. Подвижная игра «Вызов номеров»	Равномерный бег (<i>8 мин</i>). Чередование ходьбы, бега (<i>бег – 60 м, ходьба – 100 м</i>). Подвижная игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости	бегать в равномерном темпе (<i>до 10 мин</i>); по слабо пересеченной местности (<i>до 1 км</i>)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂
Легкая атлетика (11 ч)						
92	13.05.		Ходьба и бег (4 ч)	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (<i>30 м</i>). ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (<i>до 60 м</i>)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
93	14.05.		ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны»	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (<i>30 м</i>). ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (<i>до 60 м</i>)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₁
94	19.05.		Подвижная игра «День и ночь»	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (<i>60 м</i>). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (<i>до 60 м</i>)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
				способностей		
95	20.05.		Бег (60 м). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь»	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (60 м). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей	правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₁
96	21.05.		Прыжки (3 ч)	Прыжок в длину с места. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты»	правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₂
97			ОРУ. Подвижная игра «Кузнечики»	Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Кузнечики»	правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₃
98			ОРУ. Подвижная игра «Прыжок за прыжком»	Прыжок в длину с места, с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Прыжок за прыжком»	правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂
99			Метание мяча (4 ч)	Метание малого мяча в цель (2 × 2) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₁
100			ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч»	Метание малого мяча в цель (2 × 2) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂

№ п./ п	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	Пл н	Фак т			Предметный	УУД
				скоростно-силовых качеств	положений; метать в цель	
101			Подвижная игра «Защита укрепления»	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₃ ПР ₃
102			ОРУ. Подвижная игра «Снайперы»	Метание малого мяча в цель (2 × 2) с 3–4 метров. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	КР ₁ КР ₃ РР ₁ РР ₂ ПР ₂

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 класс

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
Легкая атлетика (11 ч) и кроссовая подготовка (14 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
Регулятивные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • РР₄ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); • РР₅ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); • РР₆ планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту; 						
Познавательные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ характеризовать основные физические качества; • ПР₂ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • ПР₃ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; • ПР₄ осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; • ПР₅ активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; 						
Коммуникативные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; • КР₂ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи; • КР₃ слушать и вступать в диалог; • КР₄ участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. 						
1	03.09.		Ходьба и бег (5 ч)	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (20 м). Игра «Пятнашки». ОРУ. Инструктаж по	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				ТБ	максимальной скоростью <i>(до 60 м)</i>	
2	04.09.		Игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением <i>(30 м)</i> . Игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью <i>(до 60 м)</i>	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
3	05.09.		Бег с ускорением <i>(30 м)</i> . Игра «Пустое место»	Разновидности ходьбы. Ходьба с пре- одолением препятствий. Бег с ускорением <i>(30 м)</i> . Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью <i>(до 60 м)</i>	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
4	10.09.		Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег	Разновидности ходьбы. Ходьба с пре- одолением препятствий. Бег с ускорением <i>(30 м)</i> . Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью <i>(до 60 м)</i>	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
5	11.09.		Бег с ускорением <i>(60 м)</i> . Игра «Вызов номеров»	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением <i>(60 м)</i> . Игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью <i>(до 60 м)</i>	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
6	12.09.		Прыжки (3 ч)	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
					приземляться в яму на две ноги	
7	17.09.		Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов	Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
8	18.09.		Прыжок с высоты (до 40 см)	Прыжок с высоты (до 40 см). ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
9	19.09.		Бросок малого мяча (3 ч)	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2 × 2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Защита укрепления»	Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
10	24.09.		Подвижная игра «Защита укрепления»	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2 × 2 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Защита укрепления». Развитие скоростно-силовых способностей	Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
11	25.09.		Закрепление материала	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2 × 2 м) с	Правильно выполнять основные	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	
Кроссовая подготовка (14 ч)						
12	26.09.		Бег по пересеченной местности (14 ч)	Равномерный бег (3 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
13	01.10.		Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Равномерный бег (3 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
14	02.10.		Равномерный бег (4 мин). Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Равномерный бег (4 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
15	03.10.		ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Равномерный бег (4 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
16	08.10.		ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				выносливости. Игра «Пустое место»		
17	09.10.		Равномерный бег (5 мин)	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
18	10.10.		Равномерный бег (6 мин)	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
19	15.10.		ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой»	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
20	16.10.		Равномерный бег (7 мин)	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
21	17.10.		ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
22	22.10.		Равномерный бег (8 мин)	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				выносливости. Игра «День и ночь»	с бегом	
23	23.10.		Развитие выносливости. Игра «День и ночь»	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60 м, ходьба – 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «День и ночь»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
24	24.10.		Равномерный бег (9 мин)	Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 70 м, ходьба – 80 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Команда быстроногих»	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
25	29.10		Развитие выносливости. Игра «Команда быстроногих»	Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 70 м, ходьба – 80 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Команда быстроногих»	бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
<u>Регулятивные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • PP₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • PP₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • PP₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); • PP₄ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); • PP₅ оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении во время игр. 						
<u>Познавательные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • PP₁ различать, группировать подвижные и спортивные игры; • PP₂ выражать творческое отношение к выполнению заданий в играх. • PP₃ активно включаться в процесс выполнения заданий в подвижных играх; 						
<u>Коммуникативные УУД:</u>						

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека; • КР₂ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде; • КР₃ понимать действия партнёра в игровой ситуации; • КР₄ уметь слушать и вступать в диалог; 						
26	30.10.		Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
27	31.10.		Броски в цель (<i>мишень</i>)	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	РР ₁ РР ₂ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
28	12.11.		ОРУ. Игра «Попади в обруч»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
29	13.11.		Броски в цель (<i>мишень</i>) Развитие координационных способностей.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
30	14.11.		Закрепление	Ловля и передача мяча в движении.	Владеть мячом	РР ₁ РР ₂ РР ₅ КР ₂ КР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			материала. Броски в цель (мишень)	Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	(держатъ, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	ПР ₂ ПР ₃
31	19.11.		Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (держатъ, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	ПР ₁ ПР ₄ ПР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
32	20.11.		ОРУ. Игра «Передал – садись»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (держатъ, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	ПР ₁ ПР ₂ ПР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
33	21.11.		Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Мяч – среднему»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Мяч – среднему». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (держатъ, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	ПР ₁ ПР ₄ ПР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
34	26.11.		ОРУ. Игра «Мяч – среднему»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Мяч – среднему». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (держатъ, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	ПР ₁ ПР ₂ ПР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
35	27.11.		Броски в цель (<i>щит</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>щит</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
36	28.11.		ОРУ. Игра «Мяч соседу»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (<i>щит</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
37	03.12.		Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
38	04.12.		Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>)	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
39	05.12.		ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
					игр	
40	10.12.		Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (держат, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
41	11.12.		Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (держат, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини- баскетбол	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
42	12.12.		ОРУ. Игра «Мяч в корзину»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (держат, передать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини- баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
43	17.12.		Игра «Мяч в корзину». Игра в мини-баскетбол	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит,	Владеть мячом (держат, передать на	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	
44	18.12.		Игра в мини-баскетбол	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (<i>левой</i>) рукой в движении. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
45	19.12.		Закрепление материала	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (<i>левой</i>) рукой в движении. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
46	24.12.		ОРУ. Игра «Школа мяча»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (<i>левой</i>) рукой в движении. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>). ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
47	25.12.		Повторение материала. ОРУ. Игра «Школа мяча»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>). ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				способностей	процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	
48	26.12.		Игра «Гонка мячей по кругу»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (<i>левой</i>) рукой в движении. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
49	14.01.		Игра в мини-баскетбол	Ловля и передача мяча в движении. Ведение правой (<i>левой</i>) рукой в движении. Броски в цель (<i>кольцо, щит, мишень</i>). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₂ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃

Подвижные игры (18 ч)

**Планируемые результаты освоения раздела.
Метапредметные.**

Регулятивные УУД:

- РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу.
- РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- РР₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- РР₄ оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении во время игр.

Познавательные УУД:

- ПР₁ выразить творческое отношение к выполнению заданий в играх.
- ПР₂ активно включаться в процесс выполнения заданий в подвижных играх;

Коммуникативные УУД:

- КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- КР₂ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде;

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
<ul style="list-style-type: none"> • КР₃ понимать действия партнёра в игровой ситуации; • КР₄ уметь слушать и вступать в диалог; 						
50	15.01.		Подвижные игры (18 ч)	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
51	16.01.		Игры «К своим флажкам», «Два мороза»	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂
52	21.01.		Игры «Прыгуны и пятнашки»	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
53	22.01.		Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод»	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂
54	23.01.		Игры «Гуси-лебеди»	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные Игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
55	28.01.		Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки»	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂
56	29.01.		Игры «Прыжки по полоскам»	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
57	30.01.		Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч»	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂
58	04.02.		Игры «Веребочка под ногами»	ОРУ. Игры «Веребочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
59	05.02.		Игры «Веребочка	ОРУ. Игры «Веребочка под ногами»,	Играть в подвижные	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			под ногами», «Вызов номера»	«Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	игры с бегом, прыжками, метанием	
60	06.02.		Игры «Западня»	ОРУ. Игры «Западня», «Конники - спортсмены». Эстафеты	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
61	11.02.		Развитие скоростно- силовых способностей	Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃
62	12.02.		Игры «Птица в клетке»	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
63	13.02.		Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге»	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₂
64	18.02.		Игры «Прыгающие воробушки»	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
65	19.02.		Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге»	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
66	20.02.		Игры «Лисы и куры»	ОРУ в движении. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₂
67	25.02.		Игры «Лисы и куры», «Точный расчет»	ОРУ в движении. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
Гимнастика (18 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
Регулятивные УУД:						

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); • РР₄ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • РР₅ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; • ПР₂ активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • КР₁ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; • КР₂ участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; 						
68	26.02.		Акробатика. Строевые упражнения (6 ч)	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
69	27.02.		Название гимнастических снарядов	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Название гимнастических снарядов	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	РР ₂ РР ₅ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
70	04.03.		Подвижная игра «Фигуры»	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				сторону. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей	элементы отдельно и в комбинации	
71	05.03.		Перестроение из колонны по одному в колонну по два	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
72	06.03.		Подвижная игра «Светофор»	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Светофор». Развитие координационных способностей	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
73	11.03.		Закрепление материала	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Светофор». Развитие координационных способностей	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
74	12.03.		Висы. Строевые упражнения (6 ч)	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис, стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Выполнять висы, подтягивания в висе	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
75	13.03.		РУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка»	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис, стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей	Выполнять висы, подтягивания в висе	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
76	18.03.		ОРУ с	Передвижение в колонне по одному	Выполнять висы,	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал».	по указанным ориентирам. Вис, стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей	подтягивания в висе	ПР ₂
77	19.03.		Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!»	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. ОРУ с предметами. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей	Выполнять висы, подтягивания в висе	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
78	20.03.		В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей	Выполнять висы, подтягивания в висе	РР ₂ РР ₅ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
79	01.04.		Вис на согнутых руках	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей	Выполнять висы, подтягивания в висе	РР ₂ РР ₅ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
80	02.04.		Опорный прыжок, лазание (6 ч)	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
81	03.04.		Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
82	08.04.		Игра «Кто приходил?»	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
83	09.04.		Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
84	10.04.		Перелезание через коня, бревно	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
85	15.04.		Игра «Слушай сигнал»	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через кона, бревно. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей	прыжок	
Кроссовая подготовка (7 ч) и легкая атлетика (10 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
<u>Регулятивные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • РР₄ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); • РР₅ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); • РР₆ планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту; 						
<u>Познавательные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ характеризовать основные физические качества; • ПР₂ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • ПР₃ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; • ПР₄ осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; • ПР₅ активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; 						
<u>Коммуникативные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; • КР₂ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи; • КР₃ слушать и вступать в диалог; • КР₄ участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. 						
86	16.04.		Бег по	Равномерный бег (3 мин). ОРУ.	Бегать в	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			пересеченной местности (7 ч)	Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50 м, ходьба – 100 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать ходьбу с бегом	ПР ₃ ПР ₄
87	17.04.		Равномерный бег (<i>4 мин</i>)	Равномерный бег (<i>4 мин</i>). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50 м, ходьба – 100 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать ходьбу с бегом	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
88	22.04.		Равномерный бег (<i>5–6 мин</i>)	Равномерный бег (<i>5–6 мин</i>). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50 м, ходьба – 100 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать ходьбу с бегом	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
89	23.04.		Игра «Пятнашки»	Равномерный бег (<i>5–6 мин</i>). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50 м, ходьба – 100 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать ходьбу с бегом	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
90	25.04.		Равномерный бег (<i>7–8 мин</i>)	Равномерный бег (<i>7–8 мин</i>). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 60 м, ходьба – 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два Мороза»	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать ходьбу с бегом	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
91	29.04.		Игра «Два Мороза»	Равномерный бег (<i>7–8 мин</i>). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 60 м, ходьба – 90 м</i>). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два Мороза»	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать ходьбу с бегом	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
92	30.04.		Игра «Вызов номеров»	Равномерный бег (<i>4 мин</i>). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 70 м, ходьба – 80 м</i>). Преодоление малых	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>);	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Вызов номеров»	чередовать ходьбу с бегом	
Легкая атлетика (10 ч)						
93	06.05.		Ходьба и бег (4 ч)	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
94	07.05.		Разновидности ходьбы	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
95	08.05.		Ходьба с пре - одолением препятствий	Разновидности ходьбы. Ходьба с пре - одолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Вызов номера». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
96	13.05.		Закрепление материала	Разновидности ходьбы. Ходьба с пре - одолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Вызов номера». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
97	14.05.		Прыжки	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с	Правильно выполнять основные	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			(3 ч)	места. ОРУ. Игра «Волк во рву». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	
98	15.05.		Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов	Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4–5 шагов. ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅
99	20.05.		Прыжок в высоту с разбега в 4–5 шагов	Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4–5 шагов. ОРУ. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей	Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
100	21.05.		Метание мяча (3 ч)	Метание малого мяча в горизонтальную мишень (2 × 2 м) с расстояния в 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей	Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₄
101	22.05.		ОРУ. Эстафеты. Игра «Кто дальше бросит»	Метание малого мяча в вертикальную цель (2 × 2 м) с расстояния в 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей	Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
					положений	
102	27.05.		Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены	Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ ПР ₃ ПР ₅

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 класс

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
Легкая атлетика (11 ч) и кроссовая подготовка (14 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
Регулятивные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • РР₄ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); • РР₅ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); • РР₆ планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту; 						
Познавательные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ характеризовать основные физические качества; • ПР₂ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; • ПР₃ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; • ПР₄ осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; • ПР₅ активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; 						
Коммуникативные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; • КР₂ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи; • КР₃ слушать и вступать в диалог; • КР₄ участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. 						
1	02.09.		Ходьба и бег (5 ч)	Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью.	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге.	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				ОРУ. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей. Инструктаж по ТБ	Пробегать с максимальной скоростью (60 м)	
2	03.09.		Ходьба через несколько препятствий	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
3	05.09.		Бег с максимальной скоростью (60 м)	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
4	09.09.		Игра «Команда быстроногих»	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Команда быстроногих». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
5	10.09.		Бег на результат (30, 60 м)	Бег на результат (30, 60 м). Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон». Понятия «эстафета», «старт», «финиш»	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
6	12.09.		Прыжки	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в	Правильно	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			(3 ч)	длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств. Влияние бега на здоровье	выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега	PP ₃ PP ₅
7	16.09.		Развитие скоростно-силовых качеств	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Лиса и куры». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
8	17.09.		Прыжок в длину с разбега (с зоны отталкивания)	Прыжок в длину с разбега (с зоны отталкивания). Много скоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках	Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
9	19.09.		Бросок малого мяча (3 ч)	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Попади в мяч». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании	Правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
10	23.09.		Метание малого мяча с места на дальность	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Попади в мяч». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании	Правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
11	24.09.		Современное Олимпийское движение	Метание малого мяча с места на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств. Современное Олимпийское движение	Правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
Кроссовая подготовка (14 ч)						

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
12	26.09.		Бег по пересеченной местности (14 ч)	Бег (4 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 70 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
13	30.09.		Бег (4 мин). Преодоление препятствий	Бег (4 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 70 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
14	01.10.		Бег (5 мин). Преодоление препятствий	Бег (5 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
15	03.10.		Чередование бега и ходьбы	Бег (5 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
16	07.10.		Бег (6 мин). Преодоление препятствий	Бег (6 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Два Мороза». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
17	08.10.		Бег (6 мин). Развитие выносливости	Бег (6 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Два Мороза». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
18	10.10.		Бег (7 мин). Преодоление препятствий	Бег (7 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «Рыбаки и рыбки». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
19	14.10.		Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м)	Бег (7 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «Рыбаки и рыбки». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
20	15.10.		Бег (8 мин). Преодоление препятствий	Бег (8 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
21	17.10.		Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 70 м)	Бег (8 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 70 м). Игры «Перебежка с выручкой», «Шишки, желуди, орехи». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
22	21.10.		Игры «Перебежка с выручкой», «Шишки, желуди, орехи»	Бег (8 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 70 м). Игры «Перебежка с выручкой», «Шишки, желуди, орехи». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
23	22.10.		Выполнение	Бег (8 мин). Преодоление препятствий.	Бегать в	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			основных движений с различной скоростью	Чередование бега и ходьбы (<i>бег – 100 м, ходьба – 70 м</i>). Игры «Перебежка с выручкой», «Шишки, желуди, орехи». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью	равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать бег и ходьбу	ПР ₃ ПР ₅
24	24.10.		Бег (<i>9 мин</i>). Преодоление препятствий	Бег (<i>9 мин</i>). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (<i>бег – 100 м, ходьба – 70 м</i>). Игра «Гуси-лебеди». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
25	28.10.		Кросс (<i>1 км</i>)	Кросс (<i>1 км</i>). Игра «Гуси-лебеди». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц	Бегать в равномерном темпе (<i>10 мин</i>); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
<u>Регулятивные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); • РР₄ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); • РР₅ оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении во время игр. 						
<u>Познавательные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ различать, группировать подвижные и спортивные игры; • ПР₂ выражать творческое отношение к выполнению заданий в играх. • ПР₃ активно включаться в процесс выполнения заданий в подвижных играх; 						
<u>Коммуникативные УУД:</u>						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера 						

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
<p>человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> • КР₂ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде; • КР₃ понимать действия партнёра в игровой ситуации; • КР₄ уметь слушать и вступать в диалог; 						
26	29.10.		Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>щит</i>). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i>), <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
27	31.10.		Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>щит</i>). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i>), <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₂ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
28	11.11.		Броски в цель (<i>щит</i>)	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>щит</i>). ОРУ. Игра «Мяч – среднему». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i>), <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
29	12.11.		Ловля и передача мяча в движении	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом. Броски в цель (<i>щит</i>). ОРУ. Игра «Мяч – среднему». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i>), <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
					процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	
30	14.11.		Броски в цель	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Броски в цель. ОРУ. Игра «Борьба за мяч». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
31	18.11.		Ловля и передача мяча в движении	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Броски в цель. ОРУ. Игра «Борьба за мяч». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
32	19.11.		Бросок двумя руками от груди	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
33	21.11.		Ловля и передача мяча на месте в треугольниках	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				координационных способностей	баскетбол	
34	25.11.		Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
35	26.11.		Ловля и передача мяча на месте в квадратах	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игры «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
36	28.11.		ОРУ. Игры «Обгони мяч», «Перестрелка»	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игры «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
37	02.12.		Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игры «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
38	03.12.		Ведение мяча с	Ловля и передача мяча на месте в круге.	Владеть мячом	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			изменением направления	Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	<i>(держатъ, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	ПР ₂ ПР ₃
39	05.12.		Ловля и передача мяча на месте в круге	Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	Владеть мячом <i>(держатъ, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
40	09.12.		Ведение мяча с изменением направления	Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных способностей	Владеть мячом <i>(держатъ, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₂ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
41	10.12.		Бросок двумя руками от груди	Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных способностей	Владеть мячом <i>(держатъ, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
42	12.12.		Бросок двумя руками от груди	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя	Владеть мячом <i>(держатъ, передавать на</i>	РР ₁ РР ₂ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч – ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	
43	16.12.		Ловля и передача мяча в движении в треугольниках	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч – ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
44	17.12.		Игра в мини-баскетбол	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч – ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
45	19.12.		Ловля и передача мяча в движении в квадратах	Ловля и передача мяча в движении в квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	РР ₁ РР ₂ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃
46	23.12.		Ведение мяча с изменением направления	Ловля и передача мяча в движении в квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол.	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски)</i> в	РР ₁ РР ₄ РР ₅ КР ₂ КР ₃ ПР ₂ ПР ₃

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				Развитие координационных способностей	процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	
47	24.12.		Ведение мяча с изменением скорости	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
48	26.12.		Бросок двумя руками от груди	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₄ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
49	13.01.		Игра в мини-баскетбол	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Играй, играй, мяч не давай». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	PP ₁ PP ₂ PP ₅ KP ₂ KP ₃ ПР ₂ ПР ₃
Подвижные игры (18 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
Регулятивные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • PP₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • PP₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • PP₃ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); 						

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
<ul style="list-style-type: none"> • РР₄ оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении во время игр. <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ выражать творческое отношение к выполнению заданий в играх. • ПР₂ активно включаться в процесс выполнения заданий в подвижных играх; <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • КР₁ высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека; • КР₂ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде; • КР₃ понимать действия партнёра в игровой ситуации; • КР₄ уметь слушать и вступать в диалог; 						
50	14.01.		Подвижные игры (18 ч)	ОРУ с обручами. Игры «Заяц без логова», «Удочка». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
51	16.01.		ОРУ с обручами	ОРУ с обручами. Игры «Заяц без логова», «Удочка». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂
52	20.01.		ОРУ в движении. Игры	ОРУ в движении. Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки». Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
53	21.01.		ОРУ в движении. Игры	ОРУ в движении. Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки». Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂
54	23.01.		ОРУ с мячами	ОРУ с мячами. Игры «Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
55	27.01.		Эстафеты с обручами	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Кто обгонит». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
56	28.01.		ОРУ. Игры	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Кто обгонит». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
57	30.01.		Эстафеты с гимнастическими палками	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений». Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₂
58	03.02.		ОРУ. Игры	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений». Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
59	04.02.		Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений»	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений». Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₂
60	06.02.		Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
61	10.02.		Игры «Кто дальше бросит», «Вол во рву»	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃
62	11.02.		Игры «Пустое место»	ОРУ. Игры «Пустое место», «К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁
63	13.02.		Игры «Пустое место», «К своим флажкам»	ОРУ. Игры «Пустое место», «К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₂
64	17.02.		Игры «Кузнечики»	ОРУ. Игры «Кузнечики», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-	Играть в подвижные игры с бегом,	PP ₂ PP ₄ KP ₂ KP ₃ ПР ₁

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				силовых способностей	прыжками, метанием	
65	18.02.		Игры «Кузнечики», «Попади в мяч»	ОРУ. Игры «Кузнечики», «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
66	20.02.		Игры «Паровозики»	ОРУ. Игры «Паровозики», «Наступление». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₂
67	24.02.		Игры «Паровозики», «Наступление»	ОРУ. Игры «Паровозики», «Наступление». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	РР ₂ РР ₄ КР ₂ КР ₃ ПР ₁
Гимнастика (18 ч)						
Планируемые результаты освоения раздела. Метапредметные.						
Регулятивные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • РР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу. • РР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; • РР₃ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); • РР₄ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; • РР₅ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя); 						
Познавательные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • ПР₁ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; • ПР₂ активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; 						
Коммуникативные УУД:						
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; • КР₂ участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; 						
68	25.02.		Акробатика. Строевые упражнения	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			(6 ч)	группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ	элементы отдельно и в комбинации	
69	27.02.		Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!»	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
70	03.03.		Комбинация из разученных элементов.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Комбинация из разученных элементов. Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине. ОРУ. Игра «Западня». Развитие координационных способностей	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
71	04.03.		Стойка на лопатках	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Комбинация из разученных элементов. Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине. ОРУ. Игра «Западня».	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				Развитие координационных способностей		
72	06.03.		Мост из положения, лежа на спине	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Комбинация из разученных элементов. Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине. ОРУ. Игра «Западня». Развитие координационных способностей	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
73	10.03.		Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Комбинация из разученных элементов. Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения, лежа на спине. ОРУ. Игра «Западня». Развитие координационных способностей	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
74	11.03.		Висы. Строевые упражнения (6 ч)	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис, стоя и лежа. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей	Выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
75	13.03.		Построение в две шеренги	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис,	Выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				стоя и лежа. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей	висе	
76	17.03.		Перестроение из двух шеренг в два круга	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Космонавты». Развитие силовых способностей	Выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
77	18.03.		Вис на согнутых руках	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Космонавты». Развитие силовых способностей	Выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе	PP ₂ PP ₃ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
78	20.03.		Вис, стоя и лежа	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис, стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Подвижная игра «Отгадай, чей голосок». Развитие силовых способностей	Выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁ ПР ₂
79	31.03.		Упражнения в	Построение в две шеренги.	Выполнять строевые	PP ₂ PP ₅ KP ₁ KP ₂ ПР ₁

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис, стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Подвижная игра «Отгадай, чей голосок». Развитие силовых способностей	команды; выполнять висы, подтягивания в висе	ПР ₂
80	01.04.		Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии (6 ч)	Передвижение по диагонали, против ходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (<i>высота до 1 м</i>). Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
81	03.04.		Передвижение по диагонали, против ходом, «змейкой»	Передвижение по диагонали, против ходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (<i>высота до 1 м</i>). Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке	РР ₂ РР ₅ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
82	07.04.		ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (<i>высота до 1 м</i>)	Передвижение по диагонали, против ходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (<i>высота до 1 м</i>). Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
83	10.04.		Перелезание через гимнастического коня	Передвижение по диагонали, против ходом, «змейкой». ОРУ. Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Резиночка». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке	РР ₂ РР ₃ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂
84	14.04.		Лазание по	Передвижение по диагонали, против	Лазать по	РР ₂ РР ₅ КР ₁ КР ₂ ПР ₁

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
			наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками	ходом, «змейкой». ОРУ. Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Резиночка». Развитие координационных способностей	гимнастической стенке	ПР ₂
85	15.04.		Передвижение по диагонали, против ходом, «змейкой»	Передвижение по диагонали, против ходом, «змейкой». ОРУ. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Аисты». Развитие координационных способностей	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	ПР ₂ ПР ₅ КР ₁ КР ₂ ПР ₁ ПР ₂

Кроссовая подготовка (7 ч) и легкая атлетика (10 ч)

**Планируемые результаты освоения раздела.
Метапредметные.**

Регулятивные УУД:

- ПР₁ понимать цель выполняемых действий; вносить коррективы в свою работу.
- ПР₂ выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- ПР₃ адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- ПР₄ анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- ПР₅ умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);
- ПР₆ планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту;

Познавательные УУД:

- ПР₁ характеризовать основные физические качества;
- ПР₂ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- ПР₃ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- ПР₄ осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;
- ПР₅ активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике;

Коммуникативные УУД:

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
<ul style="list-style-type: none"> • КР₁ задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений; • КР₂ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи; • КР₃ слушать и вступать в диалог; • КР₄ участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. 						
86	17.04.		Бег по пересеченной местности (7 ч)	Бег (4 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 70 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Инструктаж по ТБ	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
87	21.04.		Бег (5 мин). Преодоление препятствий	Бег (5 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 70 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
88	22.04.		Развитие выносливости	Бег (5 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
89	24.04.		Бег (6 мин). Преодоление препятствий	Бег (6 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
90	28.04.		Бег (7 мин)	Бег (7 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
91	29.04.		Бег (8 мин). Преодоление препятствий	Бег (8 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 70 м). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
					и ходьбу	
92	05.05.		Кросс (1 км)	Кросс (1 км). Игра «Гуси-лебеди». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц	Бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать бег и ходьбу	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
Легкая атлетика (10 ч)						
93	06.05.		Ходьба и бег (4 ч)	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
94	08.05.		Ходьба через несколько препятствий	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
95	12.05.		Встречная эстафета	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₅
96	13.05.		Бег на результат (30, 60 м)	Бег на результат (30, 60 м). Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон»	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)	РР ₁ РР ₄ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄
97	15.05.		Прыжки (3 ч)	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Много скоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-	Правильно выполнять движения в прыжках; прыгать	РР ₁ РР ₂ РР ₆ КР ₁ КР ₂ ПР ₃ ПР ₄

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Предметный	УУД
				силовых качеств	в высоту с разбега	
98	19.05.		Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Много скоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в высоту с разбега	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
99	20.05.		Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания	Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Много скоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в высоту с разбега	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
100	22.05.		Метание мяча (3 ч)	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние	PP ₁ PP ₂ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₄
101	26.05.		Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅
102	27.05.		Метание набивного мяча вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние. Игра «Дальние броски». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние	PP ₁ PP ₄ PP ₆ KP ₁ KP ₂ PP ₃ PP ₅

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 класс

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
Легкая атлетика (11 ч)						
1	03.09.		Ходьба и бег (5 ч)	Ходьба с изменением длины и часто - ты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Инструктаж по ТБ	<i>Знать:</i> правила поведения при занятиях на улице	<i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
2	05.09.		Ходьба с изменением длины и частоты шагов	Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств		<i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
3	06.09.		Бег на скорость (30, 60 м)	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств		<i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
4	10.09.		Комплексы упражнений на	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Комплексы		<i>Уметь:</i> правильно выполнять основные

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
			развитие физических качеств	упражнений на развитие физических качеств		движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
5	12.09.		Развитие скоростных способностей	Бег на результат (30, 60 м). Круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей		Уметь: правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
6	13.09.		Прыжки (3 ч)	Прыжки в длину по заданным ориентирам. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей. Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться
7	17.09.		Прыжок в длину способом «согнув ноги»	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться
8	19.09.		Тройной прыжок с места	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Шишки, желуди, орехи». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
9	20.09.		Метание мяча (3 ч)	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей	Знать: понятие «скорость», «сила»	Уметь: метать из различных положений на дальность и в цель
10	24.09.		Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Третий лишний». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: метать из различных положений на дальность и в цель
11	26.09.		Бросок набивного мяча	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Охотники и утки». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: метать из различных положений на дальность и в цель
Кроссовая подготовка (14 ч)						
12	27.09.		Бег по пересеченной местности (14 ч)	Равномерный бег (5 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Комплексы упражнений на развитие выносливости	Знать: определение выносливости	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
13	01.10.		Равномерный бег (6 мин)	Равномерный бег (6 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Заяц без логова». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
14	03.10.		Развитие выносливости	Равномерный бег (6 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Заяц без логова». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
15	04.10.		Равномерный бег (7 мин)	Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «День и ночь». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
16	08.10.		Игра «День и ночь». Развитие выносливости	Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «День и ночь». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
17	10.10.		Равномерный бег (8 мин)	Равномерный бег (8 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «Караси и щука». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
18	11.10.		Игра «Караси и щука». Развитие выносливости	Равномерный бег (8 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «Караси и щука». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
19	15.10.		Равномерный бег (9 мин)	Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «На буксире». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
20	17.10.		Игра «На буксире». Развитие выносливости	Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «На буксире». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
21	18.10.		Равномерный бег (8 мин)	Равномерный бег (8 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «Охотники и зайцы»». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
22	22.10.		Игра «Охотники и зайцы»». Развитие выносливости	Равномерный бег (8 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «Охотники и зайцы»». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
23	24.10.		Равномерный бег (9 мин)	Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «Паровозики». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
24	25.10.		Игра «Наступление». Развитие выносливости	Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «Наступление». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
25	29.10.		Кросс (1 км) по пересеченной местности	Кросс (1 км) по пересеченной местности. Игра «Наступление»		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)						
26	31.10.		Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Знать: правила поведения при занятиях баскетболом	Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
27	01.11.		ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Знать: правила соревнований по баскетболу	Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
						баскетбол
28	12.11.		Ведение мяча на месте со средним отскоком	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
29	14.11.		Развитие координационных способностей	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
30	15.11.		Игра «Подвижная цель»	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте с низким отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
31	19.11.		Закрепление материала	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте с низким отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
32	21.11.		Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой на месте	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
33	22.11.		Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
34	26.11.		Эстафеты. Игра «Подвижная	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ,

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
			цель»	правой (<i>левой</i>) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей		<i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
35	28.11.		Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
36	29.11.		Ловля и передача мяча в кругу	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой. Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
37	03.12.		Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой. Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». Игра в мини-баскетбол.		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать на расстояние, ловля,</i>

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
				Развитие координационных способностей		<i>ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
38	05.12.		Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом»	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой. Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
39	06.12.		Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой. Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
40	10.12.		Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>передать</i> на <i>расстояние</i> , <i>ловля</i> , <i>ведение</i> , <i>броски</i>) в процессе подвижных

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
						игр; играть в мини-баскетбол
41	12.12.		Эстафеты. Игра «Попади в цель»	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
42	13.12.		Эстафеты. Игра «Снайперы»	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
43	17.12.		Ловля и передача мяча в квадрате	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
						баскетбол
44	19.12.		Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
45	20.12.		Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка»	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
46	24.12.		Игра в мини-баскетбол	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
47	26.12.		Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
48	27.12.		Игра в мини-баскетбол	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
49	14.01.		Игра в мини-баскетбол	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей		Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
Подвижные игры (18 ч)						

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
50	16.01.		Подвижные игры (18 ч)	ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые». Развитие скоростно-силовых способностей	Знать: правила поведения при занятиях подвижными играми	Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
51	17.01.		ОРУ. Игры «Космонавты»	ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
52	21.01.		Эстафеты с обручами	ОРУ. Игры «Белые медведи», «Космонавты». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
53	23.01.		ОРУ. Игры «Белые медведи»	ОРУ. Игры «Белые медведи», «Космонавты». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
54	24.01.		Эстафета «Веревочка под ногами»	ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
55	28.01.		Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву»	ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
56	30.01.		Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка»	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
57	31.01.		Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
58	04.02.		Игры «Удочка»	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
59	06.02.		ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде»	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
60	07.02.		Игры «Удочка», «Мышеловка», «Невод»	ОРУ. Игры «Удочка», «Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
61	11.02.		Развитие скоростных качеств	ОРУ. Игры «Удочка», «Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
62	13.02.		Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики»	ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
63	14.02.		Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики»	ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
64	18.02.		Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня»	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
65	20.02.		Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня»	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
66	21.02.		Эстафеты с предметами	ОРУ. Эстафеты с предметами. Игра «Парашютисты». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
67	25.02.		Игра «Парашютисты»	ОРУ. Эстафеты с предметами. Игра «Парашютисты». Развитие скоростных качеств		Уметь: осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх
Гимнастика (18 ч)						
68	27.02.		Акробатика. Строевые упражнения. Упражнения в равновесии (6 ч)	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами. Инструктаж по ТБ	Знать: правила поведения при занятиях гимнастикой	Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации
69	28.02.		Кувырок вперед, кувырок назад	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд		Уметь: выполнять строевые команды; выполнять

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
				«Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?»		акробатические элементы отдельно и в комбинации
70	04.03.		Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?»		Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации
71	06.03.		Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»	ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Точный поворот»		Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации
72	07.03.		Ходьба по бревну на носках	ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Точный поворот»		Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации
73	11.03.		ОРУ. Мост (с помощью и	ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках.		Уметь: выполнять строевые команды; выполнять

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
			<i>самостоятельно)</i>	Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Быстро по местам»		акробатические элементы отдельно и в комбинации
74	13.03.		Висы (6 ч)	ОРУ с гимнастической палкой. Вис за весом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств		Уметь: выполнять висы и упоры
75	14.03.		ОРУ с гимнастической палкой	ОРУ с гимнастической палкой. Вис за весом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств		Уметь: выполнять висы и упоры
76	18.03.		ОРУ с обручами	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств		Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации
77	20.03.		На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств		Уметь: выполнять висы и упоры, подтягивания в висе
78	21.03.		ОРУ с мячами	ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание		Уметь: выполнять висы и упоры,

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
				ног в висячем положении, подтягивания в висячем положении. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств		подтягивания в висячем положении
79	01.04.		Развитие силовых качеств	ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднятие ног в висячем положении, подтягивания в висячем положении. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств		Уметь: выполнять висы и упоры, подтягивания в висячем положении
80	03.04.		Опорный прыжок, лазание по канату (6 ч)	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок
81	04.04.		ОРУ в движении	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок
82	08.04.		Лазание по канату в три приема	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок
83	10.04.		Опорный прыжок на горку матов	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на		Уметь: лазать по гимнастической

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
				коленях, соскок с взмахом рук. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств		стенке, канату; выполнять опорный прыжок
84	11.04.		Вскок в упор на коленях, соскок с взмахом рук	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок с взмахом рук. Игра «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок
85	15.04.		Развитие скоростно-силовых качеств	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок с взмахом рук. Игра «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок
Кроссовая подготовка (10 ч)						
86	17.04.		Бег по пересеченной местности (10 ч)	Равномерный бег (5 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Комплексы упражнений на развитие выносливости	Знать: правила поведения при кроссовой подготовке	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
87	18.04.		Равномерный бег (6 мин)	Равномерный бег (6 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
88	22.04.		Равномерный бег (7 мин)	Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Конники-спортсмены». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
89	24.04.		Игра «Конники-спортсмены». Развитие выносливости	Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Конники-спортсмены». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
90	25.04.		Равномерный бег (9 мин)	Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «День и ночь». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
91	29.04.		Игра «На буксире». Развитие выносливости	Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «На буксире». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
92	02.05.		Развитие выносливости	Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «На буксире». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
93	06.05.		Равномерный бег (10 мин)	Равномерный бег (10 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 100 м, ходьба – 80 м). Игра «Через кочки и пенечки». Развитие выносливости		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
94	08.05.		Кросс (1 км) по пересеченной местности	Кросс (1 км) по пересеченной местности. Игра «Охотники и зайцы»		Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом
Легкая атлетика (10 ч)						
95	13.05.		Ходьба и бег (4 ч)	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений	Знать: правила поведения при занятиях легкой атлетикой	Уметь: правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
96	15.05.		Бег на скорость (30, 60 м)	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей		Уметь: правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
97	16.05.		Встречная эстафета	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей		Уметь: правильно выполнять основные

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
						движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
98	20.05.		Игра «Невод». Развитие скоростных способностей	Бег на результат (30, 60 м). Круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей		Уметь: правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (60 м)
99	22.05.		Прыжки (3 ч)	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств		Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму
100	23.05.		Прыжок в длину способом «согнув ноги»	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств		Уметь: правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму
101	27.05.		Прыжок в высоту с прямого разбега	Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: правильно выполнять движения в прыжках;

№ п./п.	Дата		Тема урока	Виды деятельности учащихся на уроке	Планируемый результат	
	План	Факт			Знать	Уметь
						правильно приземляться в прыжковую яму
102	29.05.		Метание мяча (3 ч)	Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: метать мяч из различных положений на дальность и в цель
103	30.05.		Бросок набивного мяча	Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Гуси - лебеди». Развитие скоростно-силовых способностей		Уметь: метать мяч из различных положений на дальность и в цель
104			Бросок мяча в горизонтальную цель	Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность. Игра «Гуси - лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств		Уметь: метать мяч из различных положений на дальность и в цель