





Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная (коррекционная) школа № 12 г. Иркутска»

Утверждаю Директор ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа №12 г. Иркутска» Дмитриева М.В. 	Принято на МС Протокол №1 от «29» августа 2023 г. Руководитель МС Хабарова Я.С. 	Рекомендовано на МО учителей начальных классов Протокол №1 от «19» августа 2023 г. Руководитель МО Кокшарова И.С. 
Приказ № 191 От «31.08.2023 г.		



Адаптированная учебная программа по предмету

Адаптивная физическая культура

для обучающихся 2,3,4 классов

I вариант
на 2023-2024 уч. год

Программу составила: учитель Уланова О.В.
Иркутск 2023 г

1. Пояснительная записка

Данная программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 25 августа 2023 г. приказ № 185.
- Учебного плана ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа №12 г. Иркутска» на 2023-2024 учебный год от 25 августа 2023 г. приказ № 186.

Цель занятий по «Физической культуре»: повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Исходя из основной цели, задачами обучения являются: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Физическое воспитание – неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе (для детей с ограниченными возможностями здоровья). Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно-оздоровительных задач.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни и производственному труду. Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество.

Овладение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предметной областью «Физическая культура» предполагает коррекцию двигательных навыков в процессе музыкально - ритмической и спортивной деятельности.

Структура программы учебного предмета «Физическая культура» соответствует требованиям ФГОС.

Тематическое планирование ежегодно конкретизируется в календарно-тематическом планировании, утверждаемом директором школы. Физическая культура является одним из важных общеобразовательных предметов в образовательных организациях, осуществляющих обучение учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Обучение физкультуры носит практическую направленность и тесно связано с другими учебными предметами, жизнью, готовит учащихся к овладению профессионально-трудовыми знаниями и навыками, учит использованию физические качества и знания в нестандартных ситуациях.

2. Общая характеристика учебного предмета

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

3. Место предмета в учебном плане

Предмет «Физическая культура» относится к предметной области "Физическая культура"

2 класс - в объеме 3 часа в неделю (34 учебных недели - 97 часов в год);

3 класс - в объеме 3 часа в неделю (34 учебных недели - 97 часов в год);

4 класс - в объеме 3 часа в неделю (34 учебных недели - 97 часов в год).

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Реализация программы обеспечивает достижение следующих личностных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы;
- развивать мотивы учебной деятельности и формировать личностный смысл учения;
- формировать установку на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- участие в подвижных играх под руководством учителя;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием;
- соблюдение требований правил безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд;
- подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

Достаточный уровень:

- знание спортивных традиций своего народа и других народов;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности их применение в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдение требований правил безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.
- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.
- совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;

5. Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре: Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение

физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка.

Легкая атлетика (разновидности ходьбы, чередование бега с ходьбой, челночный бег, бег с ускорениями, прыжки в длину и высоту, броски и ловля мячей, метание мячей в горизонтальную или вертикальную цель).

Гимнастика (общеразвивающие упражнения без предметов, общеразвивающие упражнения с предметами, перекаты в группировке, кувырок вперед, стойка на лопатках, лазанье по гимнастической скамейке, стенке, висы в положении присев, лежа, лазание по вертикальному канату, круговой метод).

Подвижные игры (с бегом, метанием, прыжками).

Подвижные игры на основе пионербола (подача мяча двумя руками снизу, ловля мяча над головой, боковая подача мяча, розыгрыш мяча на 3 паса).

Подвижные игры на основе баскетбола (ведение мяча в высокой, средней, низкой стойке, ловля и передача мяча на месте в движении, броски мяча в щит, кольцо, мини-баскетбол).

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

2 класс

№ п/п	Дата		Раздел/ подраздел	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Используемые виды учебной деятельности	Результаты
	план.	факт.						
1.			Подвижные игры	Инструктаж по технике безопасности в спортзале, на спортивной площадке. Игры.	1	Формирование знаний о технике безопасности.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Прохождение инструктажа, работа с памятками.	<p>Личностные: Формировать положительное отношение к урокам физкультуры.</p> <p>Предметные: Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p>
2.				Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	1	Обучение игре, эстафете.	Выполнение физических упражнения, участвуют в игре.	<p>Личностные: Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни.</p> <p>Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
3.				ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	1	Совершенствование техники игры, эстафеты.	Выполняют физические упражнения, участвуют в игре.	<p>Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p> <p>Предметные: Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Осваивать умение использовать</p>

								положение рук и длину шага во время ходьбы.
4.				ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	1	Обучение игре, эстафете.	Выполняют разминку. Участвуют в игре. Помогают в организации эстафеты.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
5.				Подвижные игры на воздухе «Конники-спортсмены», «Прыжки по кочкам».	1	Обучение игре.	Участие в обсуждении правил игры, участие в игре. Выполнение физических упражнений.	Личностные: Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
6.				Подвижные игры ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.	1	Совершенствование навыков игры.	Выполняют общеразвивающие упражнения, участвуют в игре. Отрабатывают этапы эстафеты.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
7.				ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты.	1	Формирование навыков игры.	Выполняют общеразвивающие упражнения, участвуют в игре. Отрабатывают этапы эстафеты.	Личностные: Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
8.				ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза».		Совершенствование игры, эстафеты.	Выполняют общеразвивающие упражнения, участвуют в	Личностные: Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач.

				Эстафеты.	1		игре. Отрабатывают этапы эстафеты.	Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
9.				Подвижные игры на воздухе: «Гонка мячей», «Белки, орехи, шишки», «Удочка».	1	Совершенствование игры.	Выполняют построение на улице, упражнения на развитие быстроты. Участвуют в игре, помогают нести инвентарь.	Личностные: Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни. Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.
10.				ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты.	1	Совершенствование техники игры.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижной игре.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Моделировать сочетание различных видов бега. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время бега.
11.				ОРУ. Игры: «Попади в мяч», «Верёвочка под ногами». Эстафеты.	1	Обучение игре.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижной игре.	Личностные: Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
12.				ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки»,	1	Совершенствование изученных упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

				«Зайцы в огороде». Эстафеты.			подвижной игре.	Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
13.				Подвижные игры на воздухе: «Класс, смирно!», «Пишущая машинка», «Салки с прыжками на одной ноге».	1	Обучение игре.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижной игре.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.
14.				ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	1	Совершенствование техники игры.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижной игре.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
15.				ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	1	Совершенствование навыков игровой деятельности.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижной игре.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
16.				ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие		Совершенствование навыков игровой деятельности.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,

				воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.	1		упражнений. Участие в подвижной игре.	взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
17.				Подвижные игры на воздухе: «Исправь осанку!», «К своим флажкам!».	1	Совершенствование навыков игровой деятельности.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижной игре.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.
18.				Подвижные игры на воздухе: «Метко в цель», «Гонка мячей», «Все по местам!».	1	Совершенствование навыков игровой деятельности.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
19.			Гимнас тика с эlemen тами акроба тики	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	Обучение строевым упражнениям.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
20.				Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги.		Обучение кувырку вперёд, стойке на лопатках.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

					1		тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Предметные: выполнять группировку лёжа на спине, в упоре стоя на коленях, перекаты в положении лёжа в различные стороны.
21.				Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	Обучение строевым упражнениям.	Выполнение подводящих упражнений. Выполнение разминки. Выполнение физических упражнений в рамках гимнастики.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
22.				Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекаат вперед в упор присев.	1	Совершенствование акробатические элементы.	Выполнение подводящих упражнений. Выполнение разминки. Выполнение физических упражнений в рамках гимнастики.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: выполнять группировку лёжа на спине, в упоре стоя на коленях, перекаты в различные стороны.
23.				Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	Формирование навыка строевых упражнений.	Выполнение подводящих упражнений. Выполнение разминки. Выполнение физических упражнений в рамках гимнастики.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
24.				Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	Формирование навыка строевых упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Выполнять строевые

							гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	упражнения. Уметь применять их.
25.				Упражнения в лазании и перелезании.	1	Формирование навыка в лазании и перелезании.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
26.				Упражнения в лазании и перелезании.	1	Формирование навыка в лазании и перелезании.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
27.				Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	Формирование навыка строевых упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
28.				Размыкание и смыкание		Формирование навыка строевых	Выполнение физических упражнений. Выполнение	Личностные: Анализировать и характеризовать

				приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	упражнений.	разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
29.				Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекал вперед в упор присев.	1	Формирование навыка строевых упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
30.				Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекал вперед в упор присев. Кувырок в сторону.	1	Формирование навыка строевых упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
31.				Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекал	1	Формирование навыка строевых упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.

				вперед в упор присев.			совершенствования двигательных навыков.	
32.				Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Команда «На два (четыре) шага разомкнись!»	1	Формирование навыка строевых упражнений.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
33.				Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног.	1	Обучение упражнениям, направленных на укрепление осанки.	Выполнение физических упражнений общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
34.				Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног.	1	Совершенствование навыка выполнения упражнений, направленные на укрепление осанки.	Выполнение физических упражнений общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

							гимнастических упражнений.	
35.				ОРУ с предметами. Игра «Змейка».	1	Формирования навыка развивающих упражнений.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Змейка». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке.
36.				Бег в колонне по одному по указанным ориентирам. Команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа.	1	Развитие ловкости, быстроты и внимания.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков при выполнении команд. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
37.		Лёгкая атлетика		Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам.	1	Обучение ходьбе по разметкам.	Выполнение физических упражнений Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Различия в изменении темпа при ходьбе, длины шагов и где их можно применять.
38.				Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20 м.	1	Формирование навыка в преодолении препятствий.	Выполнение физических упражнений Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с

							тренировочных упражнений. Пробегание отрезков.	последующим ускорением.
39.				Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20 м.	1	Формирование навыка в преодолении препятствий.	Выполнение физических упражнений, преодоление препятствий. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений. Пробегание отрезков.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.
40.				Бег с ускорением 20 м. Игра «Пятнашки» ОРУ.	1	Обучение правилам игры.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх. Выполнение бега с ускорением. Участие в игре.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.
41.				Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м.	1	Совершенствование выполнения ходьбы по разметкам.	Преодолевают препятствия, выполняют ходьбу. Пробегают отрезки 30 м. Выполняют упражнения на развитие скорости.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: Уметь преодолевать препятствия в беге.
42.				Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением	1	Совершенствование выполнения ходьбы по разметкам.	Преодолевают препятствия, выполняют ходьбу. Пробегают отрезки 30 м. Выполняют упражнения на развитие	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.

				препятствий. Бег с ускорением 30 м.			скорости.	Предметные: Уметь преодолевать препятствия в беге.
43.				Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м.	1	Совершенствование выполнения ходьбы по разметкам.	Преодолевают препятствия, выполняют ходьбу. Пробегают отрезки 30 м. Выполняют упражнения на развитие скорости.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Уметь преодолевать препятствия в беге.
44.				Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты.	1	Обучение прыжку с места.	Выполняют прыжок с места. Участвуют в игре.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.
45.				Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты.	1	Совершенствование прыжок с места.	Слушают инструкции учителя, соблюдают правила игры.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.
46.				Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты.	1	Формирование навыка прыжковых упражнений.	Слушают инструкции учителя. Выполняют упражнения с помощью учителя.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места

								и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.
47.				Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты.	1	Обучение технике метания мяча.	Наблюдает за демонстрацией учителя. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Выполнять броски мяча в корзину.
48.				Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты.	1	Совершенствование техники метания мяча.	Слушают инструкции учителя. Самостоятельно выполняют метание, помогают друг другу. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
49.				Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты.	1	Формировать навык метания.	Самостоятельно выполняют метание, помогают друг другу. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
50.				Метание		Формировать навыка	Выполнение физических	Личностные: Взаимодействовать со

				набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления».	1	метания.	упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.
51.				Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления».	1	Формирование навыка метания.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.
52.				Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Третий лишний».	1	Обучение преодолению препятствий.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
53.				Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Третий лишний».	1	Совершенствование технику преодоления препятствий.	Выполнение физических упражнений, преодолевают препятствия. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
54.				Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90		Обучение чередованию ходьбы и бега.	Выполнение физических упражнений на чередование ходьбы и	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,

				ходьба). Преодоление малых препятствий. Игра «Пятнашки».	1		бега, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участвуют в игре.	взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
55.				Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. Игра «Пятнашки».	1	Совершенствование технику ходьбы и бега.	Выполнение физических упражнений на чередование ходьбы и бега, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участвуют в игре.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
56.				Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «День и ночь».	1	Совершенствование технику преодоления препятствий.	Выполнение физических упражнений на чередование ходьбы и бега, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участвуют в игре.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой, оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой.
57.				Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «День и ночь».	1	Совершенствование техники преодоления препятствий.	Выполнение физических упражнений на чередование ходьбы и бега, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Уметь преодолевать препятствия в беге.

							глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участвуют в игре.	
58.				Бег в колонне по одному по указанным ориентирам. Команда «На два (четыре) шага разомкнись!»	1	Совершенствование передвижение в колонне.	Соблюдают правильность выполнения команд. Бегут в колонне по одному.	Личностные: Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации занятиями физическими упражнениями.
59.		Кроссовая подготовка		Бег в колонне по одному по указанным ориентирам.	1	Совершенствование передвижение в колонне.	Соблюдают правильность выполнения команд. Бегут в колонне по одному.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации занятиями физическими упражнениями.
60.				Игра «Змейка».	1	Обучение правилам игры.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Змейка» Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.
61.				Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».	1	Формирование навыка в выполнении беговых упражнений.	Слушают инструкции учителя. Дозируют нагрузку, соблюдают правила игры.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать. Бег строем или

								группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
62.				Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м. – ходьба. ОРУ с предметами.	1	Формирование навыка в выполнении беговых упражнений.	Выполняют упражнения с предметами, замечают и исправляют ошибки.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
63.				Медленный бег 400м.	1	Формирование навыка в выполнении бега.	Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя. Выполняют подводящие упражнения. Выполняют пробегание отрезков и бег 400 м.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
64.				Равномерный, медленный бег до 3 мин.	1	Обучение самоконтролю, при выполнении длительно бега.	Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя. Выполняют медленный бег, упражнения на дыхание.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
65.				Равномерный бег до 4 мин.		Закрепление самоконтроля, при выполнении	Выполняют упражнения на дыхание. Пробегают отрезки длиной до 100 м,	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих,

					1	длительно бега.	Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя.	строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
66.				Полоса препятствий. Эстафеты и игры с бегом.	1	Обучение преодолению препятствий.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в «Эстафете».	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
67.				Полоса препятствий. Эстафеты и игры с бегом.	1	Формирование навыка в преодолении препятствий.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в «Эстафете».	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
68.				Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».	1	Обучение чередованию бега с ходьбой.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений. Участие в игре «К своим флажкам».	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
69.				Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим		Формирование навыка беговых упражнений.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение	Личностные: Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного

				флажкам».	1		разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	отношения к учению. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
70.				Бег в чередовании с ходьбой 50м.- бег, 50м. ходьба. ОРУ с предметами.	1	Формирование навыка беговых упражнений.	Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя. Выполняют упражнения с предметами. Чередуют бег с ходьбой.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
71.				Медленный бег 400м.	1	Обучение технике бега.	Выполняют упражнения на развитие выносливости. Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя. Пробегают отрезки 400 м.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
72.				Полоса препятствий. Эстафеты и игры с бегом.	1	Формирование навыка в преодолении препятствий.	Выполняют разминку, перепрыгивают через скамейку, участвуют в эстафете.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
73.				Полоса препятствий. Эстафеты и игры с бегом.	1	Формирование навыка в преодолении препятствий.	Выполняют разминку, перепрыгивают через скамейку, участвуют в эстафете.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила

								поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
74.				Бег на выносливость 1000м.	1	Формирование навыка технике бега.	Слушают инструкции учителя. Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя. Пробегают 1000 м. в медленном темпе.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: выполнять бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
75.				Беговые упражнения с ускорением.	1	Формирование навыка технике бега.	Выполняют беговые упражнения. Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
76.				Сочетание беговых упражнений и ходьбы.	1	Формирование навыка технике бега.	Выполняют беговые упражнения и ходьбы. Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
77.				Бег до 2 минут.	1	Формирование навыка технике бега.	Слушают инструкции учителя. Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.
78.				Эстафетный бег.		Формирование	Выполняют беговые	Личностные: Оценивать игровые

					1	навыка технике бега.	упражнения. Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя.	ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
79.				Эстафеты с преодолением препятствий.	1	Формирование навыка в преодолении препятствий.	Самостоятельно выполняют задание, под контролем учителя. Преодолевают препятствия.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
80.			Подвижные игры на основе волейбола.	Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч».	1	Обучения технике бросков.	Слушают инструкции учителя. Бросают мяч в щит, выполняют упражнения. Помогают друг другу, соблюдают правила игры.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
81.				Ловля и передача мяча в движении. ОРУ. Игра «Передал – садись».	1	Обучение технике ловли мяча.	Выполняют разминку. Ловят мяч. Помогают друг другу, соблюдают правила игры.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
82.				Ловля и передача мяча в		Формирование навыка в ловле и	Слушают инструкции учителя. Помогают друг	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие

				движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись».	1	передачи мяча	другу, соблюдают правила игры. Ловят и передают мяч друг другу.	и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
83.				ОРУ. Игра «Мяч соседу».	1	Обучение игре.	Учат правила игры, выполняют беговые упражнения. Помогают друг другу, соблюдают правила игры.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
84.				ОРУ. Игра «Мяч соседу».	1	Совершенствование физических качеств, по средствам игры.	Слушают инструкции учителя. Выполняют физические упражнения. Помогают друг другу, соблюдают правила игры.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
85.				Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты.	1	Совершенствование навыка бросков мяча	Помогают друг другу, соблюдают правила игры. Выполняют упражнения, участвуют в эстафете.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и

								подвижных игр.
86.				Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты	1	Формирование навыка бросков мяча.	Выполняют разминку. Помогают друг другу, соблюдают правила игры. Участвуют в эстафете.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
87.				«Играй, играй, мяч не теряй».	1	Обучение правилам игры.	Учат правила игры, выполняют упражнения с мячом. Соблюдают правила игры.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Моделировать сочетание различных видов ходьбы и бега. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы и бега.
88.				«Играй, играй, мяч не теряй». Броски мяча через сетку.	1	Формирование навыка бросков мяча.	Выполняют разминку. Работают в парах. Соблюдают правила игры.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Моделировать сочетание различных видов ходьбы и бега. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы и бега.
89.				«Школа мяча». Броски мяча через сетку.	1	Формирование навыка бросков мяча.	Работают в парах, помогают друг другу. Выполняют броски мяча. Выполняют разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

							Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола.	Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
90.				Игры и эстафеты с мячом. Расстановка игроков, броски одной рукой через сетку.	1	Обучение расстановке игроков на площадке.	Соблюдают правила игры, правильность прохождения этапов эстафеты. Выполняют расстановку на площадке.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Различать разные виды ходьбы. Осваивать ходьбу под счет, под ритмический рисунок.
91.				Игры и эстафеты с мячом. Расстановка игроков, броски одной рукой через сетку.	1	Формирование навыка в расстановке.	Слушают инструкции учителя. Соблюдают правила игры, выполняют броски мяча. Участвуют в эстафете.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
92.				Броски мяча в парах, через сетку.	1	Совершенствование навыка бросков мяча.	Работают в парах, соблюдают правильность расстановки. Выполняют броски мяча.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.

93.				Броски мяча в парах через сетку. Основные правила игры «Пионербол»	1	Совершенствование техники игры.	Учат правила игры, Выполняют броски мяча, участвуют в игре.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.
94.				«Пионербол», расстановка игроков.	1	Совершенствование техники игры.	Слушают инструкции учителя. Повторяют правила игры, расстановку игроков. Играют в «Пионербол».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.
95.				Игра «Пионербол» по упрощённым правилам.	1	Совершенствование техники игры.	Участие в игре «Пионербол», выполнение подводящих упражнений.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.
96.				Игра «Пионербол» по упрощённым правилам.	1	Совершенствование техники игры.	Участие в команде. Соблюдение правил игры.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.
97.				Подача мяча двумя руками через сетку. «Пионербол»	1	Обучение подачи мяча.	Выполняют подачу мяча. Играют в команде. Соблюдают правила игры.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

3 класс

№ п/п	Дата		Раздел/ подраздел	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Используемые виды учебной деятельности	Результаты
	план.	факт.						
1.			Лёгкая атлетика	Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом. Игра «Смена сторон» Инструктаж по технике безопасности (ТБ).	1	Формирование знаний о технике безопасности.	Прохождение инструктажа по технике безопасности Выполнение комплекса упражнений без предметов; Выполнение построений и перестроений.	Личностные: Формировать положительное отношение к урокам физкультуры. Предметные: Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.
2.				Челночный бег. Эстафета с мячами. Встречная эстафета.	1	Обучение технике челночного бега.	Выполнение физических упражнений, участие в эстафетах. Участие в соревновательной деятельности. Работа с наглядным материалом.	Личностные: Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
3.				Челночный бег. Метание мяча в цель.	1	Формирование навыка в метании мяча.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: вовлечение в

							Выполнение тренировочных упражнений.	систематические занятия физической культурой и доступными видами спорта.
4.				Бег с ускорениями. Метание мяча в цель.	1	Формирование навыка в метании мяча.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Предметные: Принимать адекватные решения при выполнении мяча.
5.				Бег с ускорениями. Игра «Невод».	1	Развитие скоростных способностей, с помощью игры.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижной игре.	Личностные: Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
6.				Прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину.	1	Формирование навыка техники прыжковых упражнений.	Выполнение физических упражнений на прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: умение оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок.

							подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	
7.				Прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину.	1	Формирование навыка техники прыжковых упражнений.	Выполнение физических упражнений на прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: умение оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок.
8.				Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Игра «Невод».	1	Совершенствование техники бросков мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
9.				Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.		Совершенствование техники бросков мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска	Личностные: Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни.

				Игра «Невод».	1		теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.
10.				Полоса препятствий. Игра «Третий лишний».	1	Обучение преодолению препятствий.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Моделировать сочетание различных видов бега. Осваивать умение использовать свои способности в преодолении препятствий.
11.				Эстафета с передачей эстафетной палочки. Бросок мяча в цель.	1	Обучение технике эстафетного бега.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх, участие в эстафете.	Личностные: Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
12.				Метание малого мяча на дальность с 3 шагов, разбега. (коридор 10 м).	1	Формирование навыка метания мяча.	выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; комплекс упражнений с гимнастической палкой метание в горизонтальную цель; выполнение поворотов	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения при выполнении метания мяча.

							на месте.	
13.				Подвижная игра «Выше ноги». Метание малого мяча на дальность.	1	Формирование навыка метания мяча.	выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; комплекс упражнений с гимнастической палкой метание в горизонтальную цель; выполнение поворотов на месте.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.
14.				Прыжок в длину с места. Метание малого мяча на дальность.	1	Формирование навыка прыжковых упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение прыжковых упражнений и метания мяча.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта;
15.				Метание малого мяча на дальность.	1	Совершенствование техники метания мяча.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование

						тренировочных упражнений.	потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта;
16.			Эстафета с передачей эстафетной палочки. Бросок мяча в цель.	1	Обучение технике передачи эстафетной палочки.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх, участие в эстафете.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение.
17.			Подвижная игра «Гуси и волк» Сочетание медленного бега с ходьбой до 4 мин.	1	Обучение технике медленного бега с переходом на ходьбу.	Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; комплекс упражнений с гимнастической палкой; метание в горизонтальную цель; выполнение поворотов на месте; Участие в игре «Гуси и волк».	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.
18.			Подвижная игра «Гуси и волк» Сочетание медленного бега с ходьбой до 4 мин.	1	Совершенствование техники бега.	Выполнять бег с переходом на ходьбу. Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; комплекс упражнений с гимнастической палкой; выполнение поворотов на месте;	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.

						Участие в игре «Гуси и волк».	
19.			Игра «Третий лишний». Челночный бег. Эстафета с мячами. Встречная эстафета	1	Обучение технике челночного бега.	Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; разучивание комплекса упражнений утренней гимнастики; обучение правильному бегу; выполнение прыжка в длину с места; Участие в игре «Третий лишний».	Личностные: Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. Предметные: воспитание нравственных качеств и свойств личности.
20.			Игра «Третий лишний». Челночный бег. Эстафета с мячами. Встречная эстафета.	1	Совершенствование техники челночного бега.	Выполнение команд «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; разучивание комплекса упражнений утренней гимнастики; обучение правильному бегу; выполнение прыжка в длину с места; Участие в игре «Третий лишний».	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: формирование и совершенствование основных двигательных качеств: быстроты, силы, ловкости и др.
21.			Челночный бег. Круговая эстафета.	1	Совершенствование техники челночного бега.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков

							гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
22.			Гимнастика	Кувырок назад и перекат.	1	Обучение кувырку назад.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: выполнять группировку лёжа на спине, в упоре стоя на коленях, перекаты в положении лёжа в различные стороны.
23.				Кувырок назад и перекат.	1	Формирование навыка выполнения акробатических упражнений.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
24.				Лазание по шведской стенке.	1	Обучение лазанию.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

							упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков, навыков лазания по шведской стенке.	Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
25.				Лазание по шведской стенке.	1	Формирование навыка лазания.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков, навыков лазания по шведской стенке.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
26.				Лазание по гимнастической скамейке и гимнастической стенке.	1	Формирование навыка лазания.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

						целях совершенствования двигательных навыков, навыков лазания по скамейке и стенке.	
27.				Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой.	1	Обучение упражнениям с гимнастической палкой. Выполнение физических упражнений, общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
28.				Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой.	1	Совершенствование техники упражнений с гимнастической палкой. Выполнение физических упражнений, общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
29.				Повороты на		Формирование	Выполнение физических Личностные:

				гимнастической скамейке направо налево. Расхождение вдвоем при встрече поворотом.	1	навыка выполнения гимнастических упражнений.	упражнений, общеразвивающих упражнений с Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений, прохождение по скамейке.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
30.				Общеразвивающие упражнения с обручами. Эстафеты «Не ошибись».	1	Формирование навыка выполнения гимнастических упражнений.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений с обручами. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений. Участие в эстафетах	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
31.				Прыжки через скакалку на месте в различном темпе.	1	Формирование навыка выполнения гимнастических упражнений.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений со скакалкой. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь

						Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	применять их.
32.				Прыжки через скакалку, продвигаясь вперед произвольно.	1	Формирование навыка выполнения гимнастических упражнений. Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений со скакалкой. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
33.				Упражнения на осанку, удержание груза 100-150 гр. на голове в ходьбе в полуприседе.	1	Формирование правильной осанки. Выполняют ходьбу с грузом. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
34.				Общеразвивающие упражнения со скакалками. Перелезание через препятствие.	1	Обучение перелезанию через препятствия. Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений со скакалкой. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Уметь применять

							Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
35.				Общеразвивающие упражнения со скакалками. Перелезание через препятствие.	1	Совершенствование техники перелезания.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений со скакалкой. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
36.				Перелезание через препятствие. Игра «Лисы и куры».	1	Совершенствование техники перелезания.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
37.				Перелезание через препятствие. Игра «Лисы и куры».	1	Совершенствование техники перелезания	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их

						игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных упражнений.	учетом. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
38.				Опорный прыжок на гору матов. Игра «Лисы и куры».	1	Способствовать овладению техникой опорного прыжка. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
39.				Опорный прыжок на гору матов. Игра «Лисы и куры».	1	Способствовать овладению техникой опорного прыжка. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы.
40.				Опорный прыжок на гору матов, вскок в упор на коленях, соскок	1	Способствовать овладению техникой опорного прыжка. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества.

				со взмахом рук. Игра «Лисы и куры».			физических навыков в игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных упражнений.	Предметные: коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы.
41.				Опорный прыжок на гору матов, вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «Лисы и куры».	1	Способствовать овладению техникой опорного прыжка.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы.
42.				Равновесие на гимнастической скамейке. Игра «Веровочка под ногами».	1	Формирование навыка в выполнении гимнастических упражнений.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Веровочка под ногами». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: знание правил и техники выполнения двигательных действий; применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя.
43.				Равновесие на гимнастической скамейке. Игра «Веровочка под	1	Формирование навыка в выполнении гимнастических	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить

				ногами».		упражнений.	физических навыков в игре «Веровочка под ногами». Выполнение тренировочных упражнений.	свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя.
44.				Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках. Эстафеты.	1	Формирование навыка в выполнении общеразвивающих упражнений.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений. Участие в эстафетах.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя.
45.				Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках. Эстафеты.	1	Формирование навыка в выполнении общеразвивающих упражнений.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя.

46.			Подвижные игры на основе волейбола и баскетбола.	Игра «Гонка мячей по кругу».	1	Обучение технике игры.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижной игре «Гонка мячей по кругу» Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
47.				Боковая подача мяча. Игра «Гонка мячей по кругу».	1	Обучение боковой подаче.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижной игре «Гонка мячей по кругу» Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Отрабатывание подачи мяча сбоку.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
48.				Расстановка игроков, их взаимодействие, пас в три приёма, передвижения на площадке.	1	Обучение расстановке игроков.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
49.				Расстановка игроков, их взаимодействие, пас в три приёма,	1	Совершенствование навыка в выполнении тренировочных упражнениях.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Выполнение разминки и	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их

				передвижения на площадке.			подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	учетом. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
50.				Боковая подача мяча. Ловля и передача мяча двумя руками над головой.	1	Совершенствовани е техники подачи и ловли мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Выполнять броски мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.
51.				Боковая подача мяча. Ловля и передача мяча двумя руками над головой.	1	Совершенствовани е техники подачи и ловли мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Выполнять броски мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.
52.				Ловля и передача мяча двумя руками над головой. Игра «Подвижная цель».	1	Совершенствовани е техники передачи и ловли мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в подвижной игре «Подвижная цель».	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
53.				Ловля и передача		Совершенствован	Выполнение разминки и	Личностные: Взаимодействовать

				мяча двумя руками над головой. Игра «Подвижная цель».	1	ие техники передачи и ловли мяча.	подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в подвижной игре «Подвижная цель».	со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
54.				Розыгрыш мяча на 3 паса. Эстафеты. Игра «Овладей мячом».	1	Обучение технике розыгрыша мяча на 3 паса.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
55.				Розыгрыш мяча на 3 паса. Эстафеты. Игра «Овладей мячом».	1	Совершенствовани е техники розыгрыша мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
56.				Ловля и передача мяча в парах через сетку. Розыгрыш мяча на 3 паса.	1	Совершенствовани е техники ловли и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой, оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности

							баскетбола.	на уроках физической культуры.
57.				Ловля и передача мяча в парах через сетку. Розыгрыш мяча на 3 паса.	1	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.
58.				Розыгрыш мяча на 3 паса. Эстафета.	1	Совершенствование техники розыгрыша мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете.	Личностные: Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации занятиями физическими упражнениями.
59.				Розыгрыш мяча на 3 паса. Отработка.	1	Совершенствование техники розыгрыша мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации занятиями физическими упражнениями.
60.				Розыгрыш мяча на 3 паса. Эстафеты.	1	Совершенствование техники розыгрыша мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время

						на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете.	спортивных и подвижных игр.	
61.				Розыгрыш мяча на 3 паса. Эстафеты.	1	Совершенствование техники розыгрыша мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.
62.				Ловля мяча над головой. Боковая подача мяча. Учебная игра.	1	Обучение технике ловли мяча над головой.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в учебной игре с мячом.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
63.				Ловля мяча над головой. Боковая подача мяча. Учебная игра.	1	Совершенствование техники ловли мяча над головой.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в учебной игре с мячом.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
64.				Эстафеты. Игра		Обучение игре,	Выполнение разминки и	Личностные: Анализировать и

				«Снайперы». Ведение мяча правой – левой рукой.	1	ведению мяча.	подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Снайперы».	характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
65.				Эстафеты. Игра «Снайперы». Ведение мяча правой – левой рукой.	1	Совершенствование техники игры.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Снайперы».	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
66.				Ведение мяча с изменением направления. Игра «Борьба за мяч».	1	Формирование навыка выполнения ведения мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Борьба за мяч».	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
67.				Ведение мяча с		Формирование	Выполнение разминки и	Личностные: Активно

			изменением направления. Игра «Борьба за мяч».	1	навыка выполнения ведения мяча.	подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Борьба за мяч».	включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
68.			Ловля и передача мяча в движении. Броски мяча в щит. Эстафеты с мячами.	1	Совершенствование техники ловли мяча в движении.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
69.			Ловля и передача мяча в движении. Броски мяча в щит. Эстафеты с мячами.	1	Совершенствование техники ловли мяча в движении.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете.	Личностные: Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
70.			Броски мяча в щит. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка».		Обучение броскам мяча в щит.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Осваивать

					1		приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Перестрелка».	универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
71.				Броски мяча в щит. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка».	1	Совершенствование техники бросков.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Перестрелка».	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
72.				Ловля и передача мяча в квадрате. Игра «Подвижная цель».	1	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Подвижная цель».	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
73.				Ловля и передача мяча в квадрате. Игра «Подвижная цель».		Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие.

					1		приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Подвижная цель».	Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
74.				Ловля и передача мяча в квадрате. Эстафеты с мячами. Игра.	1	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
75.				Ловля и передача мяча в квадрате. Эстафеты с мячами. Игра.	1	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
76.				Броски мяча в кольцо. Ловля и передача мяча в кругу.	1	Формирование навыка в выполнении бросков и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности

						баскетбола.	на уроках физической культуры.	
77.				Броски мяча в кольцо. Ловля и передача мяча в кругу.	1	Формирование навыка в выполнении бросков и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
78.				Действие нападающих и защитников. Игра в мини – баскетбол.	1	Обучение технике действий нападающих и защитников.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в игре в мини-баскетбол.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
79.				Действие нападающих и защитников. Игра в мини – баскетбол.	1	Совершенствование действий игроков в защите и нападении.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в игре в мини-баскетбол.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
80.				Подача мяча сбоку. Игра «Космонавты».		Обучение боковой подачи мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижной игре «Космонавты». Участие	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать

					1		в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Отработка навыка подачи мяча сбоку.	универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
81.				Подача мяча сбоку. Игра «Космонавты».	1	Совершенствовани е техники подачи мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижной игре «Космонавты». Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Отработка навыка подачи мяча сбоку.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
82.				Игра «Белые медведи», верхняя подача мяча. Эстафеты с обручами.	1	Совершенствовани е техники подачи мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх на отработку верхней подачи мяча (игра «Белые медведи»). Участие в эстафете с обручами.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
83.				Игра «Белые медведи», верхняя подача мяча. Эстафеты с обручами.	1	Совершенствовани е техники подачи мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх на отработку верхней подачи мяча (игра «Белые медведи»). Участие в эстафете с обручами.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
84.				Верхняя подача	1	Совершенствовани	Выполнение физических	Личностные: Оказание

				мяча.		ие техники подачи мяча.	упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных.
85.				Верхняя подача мяча.	1	Совершенствование техники подачи мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных.
86.		Подвижные игры.	Игра «Прыгуны и пятнашки».		1	Развитие прыгучести и скоростно-силовых качеств.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Прыгуны и пятнашки».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
87.			Игра «Прыгуны и пятнашки».		1	Развитие прыгучести и скоростно-силовых качеств.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать

						упражнений. Отработка физических навыков в игре «Прыгуны и пятнашки».	универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
88.				Игра «Зайцы в огороде».	1	Развитие качеств, направленных на быстроту реакции. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Зайцы в огороде».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
89.				Игра «Зайцы в огороде».	1	Развитие качеств, направленных на быстроту реакции. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Зайцы в огороде».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
90.				Игра «Мышеловка».	1	Развитие качеств, направленных на быстроту реакции. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Мышеловка».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.

91.				Игра «Мышеловка».	1	Развитие качеств, направленных на быстроту реакции.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Мышеловка».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
92.				Игра «Вызов номеров».	1	Совершенствование техники игры.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений на развитие скоростных качеств. Отработка физических навыков в игре «Вызов номеров».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
93.				Игра «Вызов номеров».	1	Совершенствование техники игры.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений на развитие скоростных качеств. Отработка физических навыков в игре «Вызов номеров».	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы подвижных игр.
94.				Игра «Кто обгонит?».		Развитие скоростных способностей.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с

					1		Выполнение тренировочных упражнений на развитие скоростных качеств. Отработка физических навыков в игре «Кто обгонит?».	ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать технические действия основы подвижных игр.
95.				Игра «Кто обгонит?».	1	Развитие скоростных способностей.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений на развитие скоростных качеств. Отработка физических навыков в игре «Кто обгонит?».	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы подвижных игр.
96.				Эстафеты с мячами.	1	Развитие координационных способностей.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх и эстафетах с мячами.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы подвижных игр.
97.				Эстафеты с мячами.	1	Развитие координационных способностей.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх и эстафетах с мячами.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы подвижных игр.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

4 класс

№ п/п	Дата		Раздел/ подраздел	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Используемые виды учебной деятельности	Результаты
	план.	факт.						
1.			Лёгкая атлетика.	Инструктаж по технике безопасности. Что такое двигательный режим. Самоконтроль и его основные приемы. Игра «Разойдись, Становись!».	1	Формирование знаний о технике безопасности.	Прохождение инструктажа по технике безопасности Выполнение комплекса упражнений без предметов. Выполнение построений и перестроений.	Личностные: Формировать положительное отношение к урокам физкультуры. Предметные: Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.
2.				Спортивная ходьба. Игра «Разойдись, Становись!».	1	Обучение технике спортивной ходьбы.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
3.				Спортивная ходьба и бег. Игра «Палочки».	1	Совершенствование техники спортивной ходьбы и бега.	Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: овладение

						Выполнение тренировочных упражнений. Участие в игре «Палочки».	умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия), подвижные игры.
4.				Спортивная ходьба и бег на беговой дорожке. Игра «Палочки».	1	Совершенствование техники спортивной ходьбы и бега. Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений. Участие в игре «Палочки».	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
5.				Спортивная ходьба и бег. Игра «Шашки».	1	Совершенствование техники спортивной ходьбы и бега. Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений. Участие в игре «Шашки».	Личностные: Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.

6.				Спортивная ходьба и бег. Упражнение «Велотренажер».	1	Совершенствование техники спортивной ходьбы и бега.	Выполнение физических упражнений Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
7.				Ходьба с преодолением препятствий, перешагивание через них.	1	Обучение преодолению препятствий.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие Координационных способностей.	Личностные: Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
8.				Ходьба с преодолением препятствий, перешагивание через них.	1	Развитие двигательных способностей посредством ходьбы.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на	Личностные: Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков

						развитие координационных способностей.	здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
9.			Ходьба с остановками по сигналу.	1	Развитие двигательных способностей, по средствам ходьбы	Выполнение физических упражнений на ходьбу, с остановками. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни. Предметные: формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни, соблюдение индивидуального режима питания и сна.
10.			Ходьба с остановками по сигналу.	1	Развитие двигательных способностей, по средствам ходьбы.	Выполнение физических упражнений на ходьбу, с остановками. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта.
11.			Подпрыгивания на двух ногах на месте и с продвижением на	1	Обучение технике прыжковых упражнений.	Выполнение физических упражнений на	Личностные: Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач.

				расстояние 1,5 -2 м.			прыжки, подпрыгивание на двух ногах, прыжки в глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
12.				Подпрыгивания на двух ногах на месте и с продвижением на расстояние 1,5 -2 м.	1	Развитие прыгучести, координационных способностей.	Выполнение физических упражнений на прыжки, подпрыгивание на двух ногах, прыжки в глубину. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
13.				Перепрыгивание через начерченную линию, канат.	1	Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;	Выполнение физических упражнений на прыжки, перепрыгивание. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры

						упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.	
14.				Перепрыгивание через начерченную линию, канат. Игра «Поле боя».	1	Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений.	Выполнение физических упражнений на прыжки, перепрыгивание. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
15.				Бросок мяча сидя, из-за головы. Игра «Кто дальше?».	1	Формирование двигательных умений и навыков.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Взаимодействов ать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
16.				Бросок мяча сидя, из-за головы. Игра «Кто дальше?».	1	Формирование двигательных умений и навыков.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков	Личностные: Взаимодействов ать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и

							броска мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	сопереживания. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
17.				Бросок мяча сидя, из-за головы. Игра «Кто дальше?».	1	Формирование двигательных умений и навыков.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.
18.				Метание малого мяча с места из-за головы. Игра «Попади в цель».	1	Обучение технике метания мяча из-за головы.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Отработка навыков броска мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
19.				Метание малого мяча с места из-за головы. Игра «Попади в цель».	1	Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.	Выполнение физических упражнений Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение	Личностные: Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. Предметные: овладение

						тренировочных упражнений.	умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры).
20.			Метание малого мяча на месте из-за головы. Передача предметов и переноска грузов.	1	Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в эстафетах и подвижных играх.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств.
21.			Метание малого мяча на месте из-за головы. Передача предметов и переноска грузов.	1	Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в эстафетах и подвижных играх.	Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего. Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными

								мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств.
22.			Гимнастика.	Строевые упражнения. Упражнения на формирование правильной осанки. «Игра к своим местам».	1	Укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: выполнять группировку лёжа на спине, в упоре стоя на коленях, перекуты в положении лёжа в различные стороны;
23.				Комплекс дыхательных упражнений. Упражнения на формирование правильной осанки. Игры-эстафеты с заданиями на осанку.	1	Укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.
24.				Комплекс упражнения		Укрепление	Выполнение	Личностные: Проявлять

				на координацию. Игра «пронеси шарик на ракетке».	1	здоровья и закаливание организма.	физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.
25.				Комплекс упражнений на координацию. Игра «Чай, чай – выручай».	1	Укрепление здоровья и закаливание организма.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
26.				Комплекс упражнений для мышц пресса. Лазание и перелезание по гимнастической скамейке.	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

							Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	
27.				Лазание и перелезание по гимнастической скамейке. Комплекс упражнений на фитболе.	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
28.				Лазание и перелезание по гимнастической стенке. Комплекс упражнений с малыми мячами.	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости.
29.				Комплекс упражнения		Обучение технике	Выполнение разминки	Личностные:

			с гимнастическими палками. Игра «Попади в цель».	1	упражнений с гимнастическими палками.	и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
30.			Комплекс упражнения с гимнастическими палками. Игра «Попади-в цель».	1	Совершенствование техники упражнений с гимнастической палкой.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
31.			Комплекс упражнений для формирования равновесия. Упражнения с флажками.	1	Обучение технике упражнений с флажками.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.

32.			Комплекс упражнений для формирования равновесия. Упражнения с флажками.	1	Совершенствование техники упражнений с флажками.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.
33.			Передвижения и повороты на гимнастической скамейке.	1	Формирование навыка передвижений и поворотов.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
34.			Передвижения и повороты на гимнастической скамейке.	1	Формирование навыка передвижений и поворотов.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить

						на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений.	свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
35.			Комплекс упражнений для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности.	1	Формирование двигательных умений и навыков.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности.
36.			Комплекс упражнений для формирования свода стоп, их подвижности и опороспособности.	1	Формирование двигательных умений и навыков.	Выполнение физических упражнений Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной

								направленности.
37.				Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения с обручами.	1	Обучение технике упражнений с обручами.	Выполнение физических упражнений. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений в целях совершенствования двигательных навыков.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки.
38.				Упражнения на формирование правильной осанки. Полоса препятствий.	1	Совершенствование техники упражнений на формирование правильной осанки.	Выполнение физических упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений. Участие в полосе препятствий.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки.
39.				Упражнения на формирование		Совершенствование техники упражнений	Выполнение физических	Личностные: Проявлять дисциплинированность,

				правильной осанки. Полоса препятствий.	1	на формирование правильной осанки.	упражнений – общеразвивающих упражнений на гимнастических скамейках. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных гимнастических упражнений. Участие в полосе препятствий.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки.
40.				Опорный прыжок на гору матов, вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «Лисы и куры».	1	Обучение технике опорного прыжка.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития.
41.				Опорный прыжок на гору матов, вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «Лисы и куры».	1	Совершенствование техники опорного прыжка.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Лисы и куры». Выполнение тренировочных	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.). Предметные: способность вести наблюдения за динамикой показателей

							упражнений.	физического развития.
42.				Равновесие на гимнастической скамейке. Игра «Веровочка под ногами».	1	Обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Веровочка под ногами». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.
43.				Равновесие на гимнастической скамейке. Игра «Веровочка под ногами».	1	Совершенствование техники равновесия.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Веровочка под ногами». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.
44.			Спортивные игры.	Броски и ловля мяча в парах. Броски мяча в парах на точность.	1	Обучение броскам и ловле мяча в парах.	Выполнение физических упражнений, Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Отработка навыка	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с

							бросков и ловли мяча. Работают в парах.	места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.
45.				Броски мяча в цель на точность. Игра «Попади в кольцо».	1	Формирование навыка в выполнении бросков мяча.	Выполнение физических упражнений, Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Отработка навыка бросков и ловли мяча. Работают в парах.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры
46.				Бросок мяча в корзину с места. Игра «Попади в кольцо».	1	Формирование навыка в выполнении бросков мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в эстафете. Участие в подвижной игре «Попади в кольцо».	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.
47.				История возникновения игры в волейбол. Подбрасывание мяча на заданную высоту.	1	Обучение технике подбрасывания мяча.	Изучение истории возникновения волейбола. Выполнение разминки и подводящих	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и

						упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола.	сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
48.			Передачи мяча в парах. Учебная игра-баскетбол.	1	Развитие физических качеств в игре баскетбол.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в игре.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
49.			Передачи мяча в парах. Учебная игра-баскетбол.	1	Развитие физических качеств в игре баскетбол.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в игре.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
50.			Правила игры волейбол. Передача и ловля мяча через сетку.	1	Обучение технике игры волейбол.	Изучение правил игры. Выполнение разминки и подводящих упражнений.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и

						Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола Участие в игре	сопереживания Предметные: Знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием.
51.				Передача и ловля мяча через сетку.	1	Формирование навыка передачи и ловли мяча. Выполнение передачи и ловли мяча, работа в парах. Выполнение общеразвивающих упражнений.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием.
52.				Передачи мяча в парах через сетку.	1	Формирование навыка в передаче мяча в парах. Выполнение передачи и ловли мяча, работа в парах. Выполнение общеразвивающих упражнений.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
53.				История возникновения игры в футбол. Ведение мяча.	1	Обучение технике ведения мяча. Изучение правил игры. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижной игре «Гонка мячей по	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику

							кругу».	безопасности на уроках физической культуры.
54.				Правила игры в футбол. Ведения мяча.	1	Совершенствование техники ведения мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижной игре «Гонка мячей по кругу».	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
55.				Комплекс упражнений на фитболе. Игра «Передай мяч партнеру».	1	Обучение технике упражнений на фитболе.	Выполнение подводящих упражнений. Выполнение разминки. Выполнение физических упражнений на фитболе. Участие в игре «Передай мяч партнеру», занятие в парах.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
56.				Комплекс упражнений на фитболе. Игра «Передай мяч партнеру».	1	Формирование навыка в выполнении физических упражнений.	Выполнение подводящих упражнений. Выполнение разминки. Выполнение физических упражнений на фитболе.	Личностные: Соотносить поступок с моральной нормой, оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); Предметные: знание правил и техники выполнения двигательных действий,

							Участие в игре «Передай мяч партнёру», занятие в парах.	применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя.
57.				Игры-эстафеты с мячом.	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Предметные: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.
58.				Игры: «Стрелок», «Попробуй, попади», «Собери урожай».	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в эстафетах и подвижных играх.	Личностные: Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации занятиями физическими упражнениями.
59.				Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему».	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в

						упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в эстафетах и подвижных играх.	самостоятельной организации занятиями физическими упражнениями.
60.				Игры: «Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему».	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в подвижных играх.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.
61.				Игры: «Метко в цель», «У кого меньше мячей».	1	Формирование двигательных умений и навыков. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в подвижных играх.	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.
62.				Игры: «Метко в цель», «У кого меньше мячей».	1	Формирование двигательных умений и навыков. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их

							легкоатлетических упражнений на развитие координации. Участие в подвижных играх.	учетом. Предметные: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.
63.				Игры: «Школа мячей», «Копилка» «У кого больше мячей», «Играй, играй, мяч не теряй».	1	Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
64.				Игры: «Школа мячей», «Копилка» «У кого больше мячей», «Играй, играй, мяч не теряй».	1	Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом. Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
65.				Игры: «Школа мячей», «Метко в цель», «Попади в обруч».	1	Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных	Личностные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом.

							приемов подвижных игр на основе пионербола и волейбола.	Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
66.				Игры: «Школа мячей», «Метко в цель», «Попади в обруч».	1	Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и волейбола.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
67.				Игры: «Охотники и утки», «Выбивало», «Казачьи разбойники» с элементами игры в волейбол.	1	Совершенствование техники игры в волейбол.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и волейбола.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
68.				Игры: «Охотники и утки», «Выбивало», «Казачьи разбойники» с элементами игры в волейбол.	1	Совершенствование техники игры в волейбол.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных	Личностные: Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую

						способностей. Участие в подвижных играх.	жизнедеятельность.
69.			Игры: «Борьба за мяч», «Перестрелка», «Охотники и утки».	1	Воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в подвижных играх.	Личностные: Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению. Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
70.			Игры: «Борьба за мяч», «Перестрелка», «Охотники и утки».	1	Воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Выполнение легкоатлетических упражнений на развитие скоростных способностей. Участие в подвижных играх.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность.
71.			Игры: «Перестрелка», «Мини-баскетбол», (элементы игры в баскетбол).	1	Формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: овладение умениями организовать здоровьесберегающую

						баскетбола. Участие в игре в мини-баскетбол.	жизнедеятельность.
72.			Игры: «Перестрелка», «Мини-баскетбол», (элементы игры в баскетбол).	1	Формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в игре в мини-баскетбол.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
73.			Ловля и передача мяча в квадрате. Игра «Подвижная цель».	1	Поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
74.			Ловля и передача мяча в квадрате. Эстафеты с мячами. Игра.	1	Поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх, эстафете. Выполнение упражнений на	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: актуализация первоначальных представлений о значении физической

						развитие координационных способностей.	культуры для укрепления здоровья человека.
75.			Ловля и передача мяча в квадрате. Эстафеты с мячами. Игра.	1	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Участие в подвижных играх, эстафете. Выполнение упражнений на развитие координационных способностей.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
76.			Броски мяча в кольцо. Ловля и передача мяча в кругу.	1	Формирование навыка в бросках, ловле и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.
77.			Броски мяча в кольцо. Ловля и передача мяча в кругу.	1	Формирование навыка в бросках, ловле и передачи мяча.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: актуализация первоначальных представлений о значении физической культуры для

								укрепления здоровья человека
78.				Действие нападающих и защитников. Игра в мини – баскетбол.	1	Обучение тактике нападения и защиты.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в игре в мини-баскетбол.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
79.				Действие нападающих и защитников. Игра в мини – баскетбол.	1	Совершенствование тактических действий в защите и нападении.	Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в беседе. Отработка правил и основных приемов подвижных игр на основе пионербола и баскетбола. Участие в игре в мини-баскетбол.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении соревновательной деятельности.
80.				Подача мяча сбоку. Игра «Космонавты».	1	Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижной игре «Космонавты». Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Отработка навыка	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.

							подачи мяча сбоку.	
81.				Подача мяча сбоку. Игра «Космонавты».	1	Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижной игре «Космонавты». Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Отработка навыка подачи мяча сбоку.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
82.				Игра «Белые медведи», верхняя подача мяча. Эстафеты с обручами.	1	Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх на отработку верхней подачи мяча (игра «Белые медведи»). Участие в эстафете с обручами.	Личностные: Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
83.				Игра «Белые медведи», верхняя подача мяча. Эстафеты с обручами.	1	Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх на отработку верхней подачи мяча (игра «Белые медведи»). Участие в эстафете с	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и

							обручами.	подвижных игр.
84.				Верхняя подача мяча.	1	Обучение технике верхней подаче мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
85.				Верхняя подача мяча.	1	Совершенствование техники верхней подачи мяча.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
86.				Игра «Прыгуны и пятнашки».	1	Развитие прыгучести и координационных способностей.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Прыгуны и пятнашки». Выполнение	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.

							тренировочных упражнений.	
87.				Игра «Прыгуны и пятнашки».	1	Развитие прыгучести и координационных способностей.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Прыгуны и пятнашки». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: актуализация первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека
88.				Игра «Зайцы в огороде».	1	Развитие прыгучести и координационных способностей.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Зайцы в огороде».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: актуализация первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека
89.				Игра «Зайцы в огороде».	1	Развитие прыгучести и координационных способностей.	Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: актуализация первоначальных представлений о значении физической

						физических навыков в игре «Зайцы в огороде».	культуры для укрепления здоровья человека.
90.				Игра «Мышеловка».	1	Коррекция нарушений физического развития. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Мышеловка».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: актуализация первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.
91.				Игра «Мышеловка».	1	Коррекция нарушений физического развития. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Выполнение тренировочных упражнений. Отработка физических навыков в игре «Мышеловка».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.
92.				Игра «Вызов номеров».	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Вызов номеров».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и

						Выполнение тренировочных упражнений.	подвижных игр.
93.				Игра «Вызов номеров».	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Вызов номеров». Выполнение тренировочных упражнений.	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.
94.				Игра «Кто обгонит?».	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Кто обгонит?».	Личностные: Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.
95.				Игра «Кто обгонит?».	1	Развитие двигательных способностей в процессе обучения. Выполнение физических упражнений, участие в подвижных играх. Совершенствование физических навыков в игре «Кто обгонит?».	Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики. Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных игр.

						Выполнение тренировочных упражнений.	
96.				Эстафеты с мячами.	1	<p>Формирование двигательных умений и навыков.</p> <p>Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх и эстафетах с мячами.</p>	<p>Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики.</p> <p>Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных и подвижных игр.</p>
97.				Эстафеты с мячами.	1	<p>Формирование двигательных умений и навыков.</p> <p>Выполнение физических упражнений. Участие в беседе. Выполнение разминки и подводящих упражнений. Участие в подвижных играх и эстафетах с мячами.</p>	<p>Личностные: Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики.</p> <p>Предметные: Осваивать технические действия основы спортивных и подвижных игр.</p>

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

- Щит баскетбольный игровой;
- Стенка гимнастическая;
- Скамейки гимнастические;
- Бревно гимнастическое напольное;
- Канат для лазания;
- Обручи гимнастические;
- Комплект матов гимнастических;
- Мячи футбольные;
- Мячи баскетбольные;
- Мячи волейбольные;
- Сетка волейбольная;
- Спортивный зал;
- Раздевалки для мальчиков и девочек;
- Легкоатлетическая дорожка.