

Ступень обучения	Вид реализуемой образовательной программы	Образовательная область	Учебный предмет	Учебные программы		Количество часов	Кем утверждена, реализована	Срок реализации	Учебно-методическое обеспечение программы		Технология обучения (формы, методы)
				класс	Наименование основной программы				Учебники	Учебно-методическое пособие	
1 ступень начальная школа	Общеобразовательная программа начального общего образования	Физическое воспитание	Физическая культура	1-4	Примерная программа физического воспитания 1 - 4 классы. Базовый уровень. Автор: Б. Б. Егоров. Москва «Просвещение» 2010 г.	405	Приказ МО РФ	4 г.	«Физическая культура» 1 – 4 класс Б. Б. Егоров Москва «Просвещение» 2010 г.	«Физкультура. Поурочные планы» 2 – 3 класс. М. С. Блудилина Волгоград «Учитель-АСТ» 2003 г.	Рассказ, демонстрация (показ), практическое занятие, зачёт
										«Физкультура. Поурочные планы» 4 класс. М. В. Видякин Волгоград «Учитель-АСТ» 2003 г.	
										«Учебно-методическое пособие для учителей физической культуры» 1 – 4 класс. Ю. П. Винокуров Петрозаводск «Спектр» 1993 г.	

Администрация Пудожского муниципального района
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа п. Кривцы
Пудожского муниципального района Республики Карелия

СОГЛАСОВАНО на педагогическом совете МКОУ СОШ п. Кривцы Протокол № 1 от 31.08.2017 г.	УТВЕРЖДАЮ директор МКОУ СОШ п. Кривцы _____/Т. Н. Рулева/ <u>«02» сентября 2017 г.</u>
---	--

**Рабочая программа
учебного предмета «Физическая культура»
1 – 4 класс**

**Срок реализации – 4 года
Базовый уровень
ФГОС**

**Составлена на основе примерной программы физического воспитания
1 – 4 классов, автор Б. Б. Егоров, учителем физической культуры
высшей категории А. В. Бражниковым.**

**п. Кривцы
2017 г.**

1. Пояснительная записка.

1.1 Концепция развития предмета

Важнейшие задачи образования в начальной школе (формирование предметных и универсальных способов действий, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; воспитание умения учиться – способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития – эмоциональной, познавательной, саморегуляции) реализуются в процессе обучения всем предметам. Однако каждый из них имеет свою специфику.

Чтение, русский язык и математика создают фундамент для освоения всех остальных предметов как минимум тем, что обучают детей чтению, письму и счёту. Физическая культура совместно с другими предметами решает одну из важных проблем – проблему здоровья ребенка.

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

Учитывая эти особенности, целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа обучения физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических принципов «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является

средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

1.2 Интеграция с образовательными программами по другим предметам

Учебные вопросы программы физическая культура распределяются с учётом возрастных и психологических особенностей учащихся и уровня их подготовки по другим основным образовательным программам.

В процессе обучения физической культурой реализуются межпредметные связи с курсом биологии 8 класс «Человек» и с курсами ОБЖ 5, 9 классы «Основы медицинских знаний», 5,6,7,9 классы «Первая медицинская помощь», 5,6,7,9 классы «Основы здорового образа жизни».

1.3 Общая характеристика учебного предмета

Современные школьники отличаются от сверстников пятнадцати - двадцатилетней давности любознательностью и большей информированностью, но при этом физически слабо развиты. Причина состоит в том, что изменились климато-географические, экологические и социальные условия. Если в прежнее время маленький человек 5–9 лет имел возможность реализовать свою двигательную активность в семье, во дворе, в школе, то теперь ситуация коренным образом изменилась.

В соответствии с Примерной программой по физической культуре в начальной школе на предметную область «Физическая культура» выделяется 405 ч. Авторы поддерживают мнение, что основной формой проведения уроков в начальной школе становится двигательная деятельность. Однако невозможно решить такие глобальные задачи, как формирование здорового образа жизни и развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Поэтому учебники «Физическая культура» позволяют учащимся работать самостоятельно и совместно с родителями. Кроме того, для решения этих задач учебники «Физическая культура» реализуют деятельностный подход в соответствии с требованиями ФГОС через ряд деятельностно ориентированных принципов, а именно:

а) принцип обучения деятельности. Учебники «Физическая культура» опираются на технологию проблемного диалога. В соответствии с этой технологией ученики на уроке участвуют в совместном открытии знаний на основе сформулированной самими учениками цели урока. У детей развиваются умения определять цель своей деятельности, планировать работу по её осуществлению и оценивать итоги достижения в соответствии с планом.

б) принципы управляемого перехода от деятельности в учебной ситуации к деятельности в жизненной ситуации и от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности. В учебниках предусмотрена система работы учителя и класса по развитию умений в решении проблем. На первых порах совместно с учителем ученики выполняют репродуктивные задания, позволяющие им понять тему, затем наступает черёд продуктивных заданий, в рамках которых ученики пробуют применить полученные знания в новой ситуации. Наконец, в конце изучения тем учащиеся решают жизненные задачи (имитирующие ситуации из жизни) и участвуют в работе над проектами. Таким образом, осуществляется переход от чисто предметных заданий к заданиям, нацеленным, прежде всего на формирование универсальных учебных действий. ФГОС предусматривает проблемный характер изложения и изучения материала, требующий деятельностного подхода. В учебниках «Физическая культура» это поддерживается специальным методическим аппаратом, реализующим технологию проблемного диалога. Начиная, с 2–3 классов введены проблемные ситуации, стимулирующие учеников к постановке целей, даны вопросы для актуализации необходимых знаний, приведён вывод, к которому ученики должны прийти на уроке. Деление текста на рубрики позволяет научить учащихся составлению плана. Наконец,

при подаче материала в соответствии с этой технологией само изложение учебного материала носит проблемный характер.

В соответствии с требованиями ФГОС учебники обеспечивают сочетание личностных, метапредметных и предметных результатов обучения. В рамках Образовательной системы «Школа 2100» используется технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов), при которой учащиеся принимают активное участие в оценке своей деятельности и выставления отметок. В соответствии с этой технологией и требованиями ФГОС учащиеся должны чётко знать и понимать цели своего образования, знания, которые они получают, умения, которые они осваивают. Поэтому личностные и метапредметные результаты перечислены в дневнике школьника, обучающегося по Образовательной системе «Школа 2100».

Учебники «Физическая культура» нацелены на формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий.

Для формирования представлений о здоровом образе жизни и целостной картины мира, а также реализации межпредметных связей учебники «Физическая культура» построены с учётом содержания учебников «Окружающий мир» (Образовательная система «Школа 2100»). В курс «Окружающий мир» интегрированы такие предметы, как ознакомление с окружающим миром, природоведение, обществознание, основы безопасности жизнедеятельности, что позволяет не только сэкономить время, но и дать возможность ребёнку убедиться в необходимости быть здоровым.

Единое построение программ Образовательной системы «Школа 2100» помогает сформировать сравнительно полную картину мира и позволяет придать творческий, исследовательский характер, процессу изучения предмета, заставляя учащихся задавать новые и новые вопросы, уточняющие и помогающие осмыслить их опыт.

Бессмысленно пытаться рассказывать ученику незнакомые для него вещи. Он может заинтересоваться, но не сможет соединить эти новые знания со своим опытом.

Единственный способ – ежедневно и ежечасно помогать учащимся, осмысливать свой двигательный опыт. Человек должен научиться понимать окружающий мир и понимать цену и смысл своим поступкам и поступкам окружающих людей. Регулярно объясняя свой опыт, человек приучается понимать окружающий его мир. При этом у него постоянно возникают вопросы, которые требуют уточнения. Всё это способствует возникновению привычки (навыка) объяснения и осмысления своего двигательного опыта. В этом случае учащийся может научиться делать любое новое дело, самостоятельно его осваивая.

2. Аналитические обоснования.

2.1 Кадровое обеспечение

Учитель: **Бражников Андрей Викторович.**

Окончил Петрозаводское педагогическое училище № 1 в 1996 году по специальности «физическое воспитание», квалификация по диплому: учитель физической культуры. Высшая категория. Образование среднеспециальное.

Педагогический стаж 21 год.

2.2 Курсовое обеспечение

В 2005 году прошёл курсы повышения квалификации при Карельском ГОУ ИПК РК по программе «Актуальные проблемы развития физической культуры в современных условиях модернизации образования».

В 2006 году прошёл курсы повышения квалификации при Карельском ГОУ РК «ИПКРО» по программе «Информационные технологии в деятельности учителя-предметника».

В 2011 году прошёл курсы повышения квалификации при Карельском ГОУ РК «ИПКРО» по программе «Актуальные проблемы физического воспитания в современных условиях образования».

В 2015 году прошёл курсы повышения квалификации на факультете повышения квалификации ФГБОУ ВПО «Петрозаводский государственный университет» по

дополнительной профессиональной программе «Подготовка организаторов по проведению тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного Комплекса ГТО». В 2015 г. прошёл учебно-методический семинар Российского футбольного союза по программе «Теория и методика спортивной тренировки по футболу». В 2016 году прошёл курсы повышения квалификации при ГАПОУ РК «Петрозаводский педагогический колледж» по дополнительной профессиональной программе «Современные аспекты судейства соревнований по футболу». В 2017 году прошёл курсы повышения квалификации при АНО «Санкт-Петербургский центр дополнительного профессионального образования» по программе «Здоровьесберегающие технологии в деятельности учителя физической культуры в условиях реализации ФГОС». В 2017 году прошёл курсы повышения квалификации при АНО «Санкт-Петербургский центр дополнительного профессионального образования» по программе «Актуальные вопросы психологии детского спорта в деятельности тренера-преподавателя, спортивного психолога в учреждениях физкультурно-спортивной направленности». В 2017 году прошёл учебно-методический семинар Российского футбольного союза по программе «Подготовка игроков 10 – 14, 15 – 17 лет по футболу».

2.3 Обученность учеников

$$\text{Обученность} = \frac{1 \times \text{количество «5»} + 0,64 \times \text{количество «4»} + 0,36 \times \text{количество «3»} + 0,14 \times \text{количество «2»}}{\text{количество детей}} \times 100$$

$$\text{Качество знаний} = \frac{\text{количество «5»} + \text{количество «4»}}{\text{количество детей}} \times 100$$

2015/2016 уч. г. Обученность

Класс	Количеств. учеников	Оценка				Коэффициент (%)	Средний балл (%)
		«5»	«4»	«3»	«2»		
2	7	4	3	-	-	85	4.6
3	3	3	-	-	-	100	5
4	2	2	-	-	-	100	5
Год	12	9	3	-	-	91	4.8

Качество знаний

Класс	Количество учащихся	Оценка		%	Средний балл (%)
		«5»	«4»		
2	7	4	3	100	4.6
3	3	3	-	100	5
4	2	2	-	100	5
Год	12	9	3	100	4.8

Качество знаний по физической подготовленности

Класс	Количество учеников	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	%
1	4	-	1	3	91
2	7	-	2	5	90
3	3	-	-	3	100
4	2	-	-	2	100
Год	16	-	3	13	94

2016/2017 уч. г. Обученность

Класс	Количеств. учеников	Оценка				Коэффициент (%)	Средний балл (%)
		«5»	«4»	«3»	«2»		
2	4	1	3	-	-	73	4.2
3	9	3	6	-	-	76	4.5
4	4	3	1	-	-	91	4.8
Год	17	7	10	-	-	79	4.6

Качество знаний

Класс	Количество учащихся	Оценка		%	Средний балл (%)
		«5»	«4»		
2	4	1	3	100	4.2
3	9	3	6	100	4.5
4	4	3	1	100	4.8
Год	17	7	10	100	4.6

Качество знаний по физической подготовленности

Класс	Количество учеников	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	%
1	5	-	1	4	93
2	4	-	3	1	73
3	9	-	4	5	84
4	4	-	1	3	91
Год	22	-	9	13	86

3. Целеполагание.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета:

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

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. *Любовь к природе* - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

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

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

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

Ценность семьи - как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

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

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

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

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

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

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

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета:
Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

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

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

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

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

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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

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

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса «Физическая культура».

Тематическое содержание курса включает в себя пять основных разделов:

- основы знаний о физической культуре;
- подвижные игры (спортивные игры);
- гимнастика с элементами акробатики;
- легкоатлетические упражнения;
- лыжная подготовка.

4. Требование к уровню усвоения.

Выпускники начальной школы, изучившие курс физической культуры, должны:

Знать и иметь представление:

- об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
- о способностях и особенностях движений передвижений человека, роли и значении психических и биологических процессов в осуществлении двигательных актов;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;
- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- о физических качествах и общих правилах их тестирования;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаляющих процедур, профилактики нарушения осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правила его предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
- организовать и проводить самостоятельные занятия;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

Демонстрировать физические способности:

- скоростные;
- силовые;
- к выносливости;
- к координации;
- скоростно-силовые;
- гибкость.

Выполнять двигательные умения, навыки и способности:

В циклических и ациклических локомоциях:

- правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках;
- с максимальной скоростью пробегать до 60 м.; бегать в равномерном темпе до 10 мин.;
- стартовать из различных исходных положений;
- отталкиваться и приземляться на ноги после быстрого разбега с 7 – 9 шагов в длину и высоту (с прямого и бокового разбега); прыгать с поворотами на 180 – 360°;
- преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3 – 5 препятствий.

В метаниях на дальность и на меткость:

- небольшие предметы и мячи массой до 150 гр. на дальность с места и с 1 – 3 шагов разбега;
- толкать и метать набивной мяч массой 1 кг. одной и двумя руками;
- метать малым мячом в цель на расстоянии 7 – 10 м.

В гимнастических и акробатических упражнениях:

- ходить, бегать и прыгать при изменении длины, частоты и ритма;
- выполнять строевые упражнения;

- принимать основные положения и осуществлять движения рук, ног, туловища без предметов и с ними;
- лазать по гимнастической лестнице и стенке, канату;
- слитно выполнять кувырок вперёд и назад;
- осуществлять опорный прыжок с мостика через коня или козла (100 см.);
- ходить по бревну (50 - 100 см.);
- выполнять висы и упоры;
- прыгать через скакалку.

В подвижных играх:

- уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;
- владеть мячом: держание, передачи, ловля ведение, броски;
- играть в одну из игр комплексно воздействующих на организм ребёнка.

Физическая подготовленность:

- показывать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности:

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

Способы спортивной деятельности:

- осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта (по упрощённым правилам).

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями:

- соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы;
- помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей, имеющих слабые результаты;
- быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр и выполнения других заданий.

5. Содержание учебного предмета.

Раздел Класс	Лёгкая атлетика	Подвижные игры	Гимнастика	Лыжная подготовка	Баскетбол (элементы)	Всего
1	19	32	16	16	16	99
2	22	22	32	16	10	102
3	22	22	32	16	10	102
4	22	22	32	16	10	102
всего	85	98	112	64	46	405

6. Содержание тем.

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

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

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

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

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

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

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

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. **Комплексы дыхательных упражнений.** **Гимнастика для глаз.**

Гимнастика. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост. Акробатические комбинации. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Опорный прыжок. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные подготовка. Передвижение на лыжах разными способами. Повороты; спуски; подъёмы; торможение.

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

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

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

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

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

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

Общеразвивающие упражнения:

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

На материале гимнастики с основами акробатики:

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости. **Развитие координации:** произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

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

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание, лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

На материале лёгкой атлетики:

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

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

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

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

На материале лыжных гонок:

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

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

8. Работа с учебниками по «Физической культуре»

Большая часть учебного времени отводится практическим занятиям по физической культуре. Поэтому авторы не стали загружать страницы учебника большим объёмом текста, сложными знаниями. Авторский замысел предполагает самостоятельное решение учителя в работе с учебником: порядок изучения тем, объём изучаемого материала, способ его подачи. Авторы хотели, чтобы ребёнку было интересно, чтобы он смог закрепить знания, полученные на уроках физической культуры. Поэтому вопросы и проблемные ситуации должны стать предметом обсуждения, совместного действия с родителями в семье (прогулки, походы, игры).

Задача взрослых – сделать так, чтобы урок физической культуры стал интересным и помог открыть ребёнку удивительный и прекрасный мир движения, который стал бы неотъемлемой частью его жизни.

Учебники «Физическая культура» состоят из двух книг и четырёх частей. Книга первая, часть 1 – «Школьник и физкультура» (12 тем и приложение) – посвящена не просто знакомству ученика с образовательной областью «Физическая культура», но и подводит его к выводу, что двигательная деятельность занимает очень важное место в жизни человека. С помощью рисунков и вопросов к ним ученик, рассуждая, самостоятельно находит ответы на вопросы: «Зачем нужно двигаться?» (с. 8), «Зачем нужен режим дня?» (с.12), «Как выполнять зарядку и физкультминутки?» (с. 14–17). В первой части учебника предлагается провести в классе соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья», а также выполнить вместе с близкими проект «Спортивный фотоальбом». Выполняя этот проект, ребёнок знакомится с видами спорта, которыми увлекаются члены его семьи.

Книга первая, часть 2 – «Как стать чемпионом» (13 тем и приложение) – посвящена знакомству учеников с основными физическими качествами человека и основными видами движений. В рамках проблемного обучения ученикам предлагается чёткий план работы, алгоритм, с помощью которого он сможет самостоятельно познакомиться с физическими качествами человека и с видами движений, ответить на вопросы, зачем они необходимы человеку и как их развить. Во второй части учебника также предлагается занимательный материал, помеченный заголовком «Для любознательных», который помогает расширению кругозора и формированию у ученика целостной картины мира.

Для взаимодействия с родителями предлагается проект «Я, мой папа (мама) – чемпионы!».

Книга вторая, часть 3 – «Ты и спорт» (13 тем и приложение) – посвящена истории развития физической культуры и спорта, показывает тесную связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. С помощью проблемных ситуаций, созданных в учебнике, ученик отвечает на вопросы: «Как появились физические упражнения?», «Каким должен быть защитник Родины?», «Откуда появились Олимпийские игры?» и др. Знакомясь с историей физической культуры и спорта нашей страны, ученик узнает, что такое ГТО и ДОСААФ, какую роль они сыграли в истории государства и почему достижения спортсменов – это гордость страны. Знакомясь с видами спорта и спортивными играми, дети узнают, в чём их отличие. Несколько тем под общим названием «Путешествуя, играем» не просто знакомят учеников с играми народов мира и России, но и выстраивают тесную связь с большим разделом предметной области «Окружающий мир». Для совместной работы ребёнка и семьи в третьей части предлагаются два проекта «Спортивное генеалогическое древо моей семьи» и «Во что играли наши бабушки».

Книга вторая, часть 4 – «Я сам (Как быть здоровым)» (12 тем и приложение) – посвящена самостоятельной деятельности и контролю за физическим развитием, физической подготовленностью и основам формирования здорового образа жизни. Этот практический раздел тесно связан с освоением знаний и способов двигательной деятельности. В данном разделе школьники учатся элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при лёгких травмах. Многие темы 4-й части связаны и с формированием основ здорового образа жизни: «Как укрепить органы дыхания?», «Зачем нужно закаляться?», «Зачем нужны полезные привычки?», «Как оборудовать дома спортивный уголок?», «Зачем соблюдать правила в игре?», «Как собраться в поход?».

Авторский замысел предполагает самостоятельный выбор учителя в работе с учебником: порядок изучения тем, объём изучаемого материала, способ его подачи. Главное, чтобы ученику было интересно, чтобы он смог закрепить знания, полученные на уроках физической культуры. Поэтому вопросы и проблемные ситуации должны стать предметом обсуждения, совместного действия с родителями в семье (прогулки, походы, игры).

Задача взрослых – сделать так, чтобы урок физической культуры стал потребностью и помог ученику открыть удивительный и прекрасный мир движения, который стал бы неотъемлемой частью его жизни.

9. Контроль знаний учащихся.

Система оценки знаний учащихся: пятибалльная.

Система контроля и учёта знаний, умений и навыков проводится в форме тестов, зачётов и сдач нормативов.

Критерии оценки успеваемости по разделам программы:

Знания:

«5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.

«4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

«3» получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

«2» выставляется за непонимание и незнание материала программы.

Техника владения двигательными действиями, умениями и навыками:

«5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и чётко; учащиеся по заданию учителя используют их в нестандартных условиях.

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

«3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению. Учащийся по заданию учителя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.

«2» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.

10. Удовлетворение образовательных потребностей школьников и заказа родителей.

Укомплектованность материально-технической базы предмета, удовлетворение образовательных потребностей школьников и родителей школой осуществляется на 80 – 90 %.

11. Литература.

Для учителя:

1. Блудилина М. С. «Физкультура – поурочные планы» 2-3 класс. – В.: Учитель-АСТ, 2003
2. Видякин М. В. «Физкультура – поурочные планы» 4 класс. – В.: Учитель-АСТ, 2003
3. Винокуров Ю. П. «Учебно-методическое пособие для учителей физической культуры 1-4 класс». – П.: Спектр, 1993
4. Лях В. И. учебник «Мой друг-физкультура» 1-4 класс. – М.: Просвещение, 2002
5. Винокуров Ю. П. «Физическая культура и спорт». Учебно-методическое пособие для учителей физической культуры 5-9 класс. – П.: Карельский ИПК РО, 1996
6. Аров В. С. «Физкультура – поурочные планы» 5-6 класс. – В.: Учитель-АСТ, 2003
7. Голомидов С. Е. «Физкультура – поурочные планы» 7 класс. – В.: Учитель-АСТ, 2003
8. Литвинов Е. Н., Погадаев Г. И. учебник «Физкультура, физкультура» 5-9 класс. - М.: Просвещение, 1999
9. Лях В. И. учебник «Физическая культура» 10-11 класс. – М.: Просвещение, 1998
10. Организация и судейство соревнований по лёгкой атлетике. - М.: Физкультура и спорт, 1989
11. Правила соревнований по баскетболу. - М.: Физкультура и спорт, 1986

Для ученика:

1. Журнал «Физкультура в школе» - периодическое издание.
2. Журнал «Физкультура и спорт» - периодическое издание.
3. «Олимпийцы Карелии» - П.: Государственный комитет по физической культуре и спорту, 1995
4. Родченко В. С. «Твой олимпийский учебник» - М.: «Советский спорт», 1999

12. Материально-техническая база.

Школа имеет:

- 1 спортивный ангар;
- 2 раздевалки;
- 3 подсобных помещения для хранения спортивного инвентаря;
- 1 тренажёрный зал
- 1 кабинет для теоретических занятий
- 1 кабинет для учителя физической культуры

Оборудование спортивное:

Комплект для занятий по лёгкой атлетике:

- сектор для прыжков в длину;
- гранаты (500 и 700 гр.) – 6 шт.;
- мячи (150 гр.) – 6 шт.;
- планки для прыжков в высоту – 1 шт.;

- стойки для прыжков в высоту – 2 шт.;
- мячи арабские – 10 шт.;
- рулетка – 1 шт.;

Комплект для занятий по гимнастике:

- гимнастические матрасы – 10 шт.;
- стенка гимнастическая – 15 шт.;
- скамейка гимнастическая – 3 шт.;
- конь гимнастический – 1 шт.;
- брусья гимнастические – 1 шт.;
- мостик гимнастический – 3 шт.;
- гимнастическая скамья для пресса – 1 шт.;
- козёл гимнастический – 3 шт.;
- бревно гимнастическое – 1 шт.

Комплект для развития общей физической подготовке:

- резиновые мячи – 5 шт.;
- гимнастические обручи – 4 шт.;
- мячи малые – 8 шт.;
- гимнастические палки – 40 шт.;
- скакалки – 8 шт.;
- мешочки с песком – 8 шт.;
- мячи набивные – 11 шт.

Комплект для занятий по лыжной подготовке:

- лыжи пластиковые – 25 пар;
- палки лыжные – 25 пара;
- ботинки лыжные – 25 пар.

Комплект для занятий по спортивным играм:

- щиты баскетбольные – 6 шт.;
- кольца баскетбольные – 6 шт.;
- сетки баскетбольные – 6 шт.;
- мячи баскетбольные – 10 шт.;
- стол для настольного тенниса – 2 шт.;
- набор для настольного тенниса – 1 шт.;
- мячи футбольные – 5 шт.;
- сетка волейбольная – 2 шт.;
- мячи волейбольные – 6 шт.

13. Ожидаемые результаты.

Ожидаю, что все учащиеся усвоят базовый уровень.

14. Структура и содержание обучения предмета.

В соответствии с программой по учебному плану в 1 классе 99 часов, 2 – 4 классе 102 часа 3 раза в неделю по 1 часу.

15. Спортивные достижения учащихся.

Учащиеся школы регулярно выезжают на различные районные соревнования, такие как легкоатлетический кросс «Кросс Нации», лёгкая атлетика, мини-футбол, баскетбол, волейбол, «Президентские состязания», «Президентские спортивные игры». Становились победителями и призёрами в соревнованиях по легкоатлетическому кроссу, лёгкой атлетики, мини-футболу, баскетболу, волейболу, «Президентских состязаниях».

Участвовали во Всероссийских соревнованиях по легкоатлетическому четырёхборью «Шиповка юных» (2016 г.) – 3 место. Участвовали в республиканских соревнованиях по легкоатлетическому четырёхборью «Шиповка юных» - 1 место (2016 г.), 1 место (2017 г.), 1 и 2 место (2017 г.). В «Президентских состязаниях» (2016 г. и 2017 г.). В Чемпионате Школьной Баскетбольной Лиге «КЭС-БАСКЕТ» - 3 место (2017 г.). В межрегиональных

соревнованиях по лёгкой атлетике памяти Морозова (2017 г.). Во Всероссийских соревнованиях Северо-Западного Федерального округа по легкоатлетическому четырёхборью «Шиповка юных» - 1 место (2016 г.). Ученика школы Долбак Полина вызывалась в состав сборной Республики Карелия для участия в Чемпионате Школьной Баскетбольной Лиге «КЭС-БАСКЕТ» (2017 г.). Учащиеся школы неоднократно призывались в состав сборной района для выступления на республиканских соревнованиях: Виноградова Диана – бег (2016 г.), Виноградова Альбина – бег (2017 г.). Так же учащиеся школы принимали участие: Всероссийские соревнования по легкоатлетическому четырёхборью «Шиповка юных» 2003/2004 г. р. (г. Сочи 2016 г.) – 3 место (Виноградова Альбина, Иванова Милена, Кезикова Диана, Ромасловская Юлия). Всероссийские соревнования Северо-Западного Федерального округа по легкоатлетическому четырёхборью «Шиповка юных» 2003/2004 г. р. (г. Петрозаводск 2016 г.) – 1 место и 2 место в эстафете 4 по 100 м. (Виноградова Альбина, Иванова Милена, Кезикова Диана, Ромасловская Юлия). Межрегиональные соревнования по лёгкой атлетике памяти Морозова (г. Петрозаводск 2017 г.) (Виноградова Диана, Дербанова Екатерина). Девизиональный этап Чемпионата Школьной Баскетбольной Лиги «КЭС-БАСКЕТ» (г. Кондопога 2016 г.) – 3 место (Виноградова Владислава, Виноградова Диана, Дербанова Екатерина, Долбак Полина – приз лучшего игрока, Лиукконен Ксения, Полина Кристина). Республиканские соревнования по легкоатлетическому четырёхборью «Шиповка юных» 2003/2004 г. р. (г. Петрозаводск 2016 г.) – 1 место (Виноградова Альбина, Иванова Милена, Кезикова Диана, Ромасловская Юлия), 2002/2003 г. р. (г. Петрозаводск 2017 г.) – 1 место (Виноградова Альбина, Виноградова Диана, Дербанова Екатерина, Ромасловская Юлия), 2004/2005 г. р. (г. Петрозаводск 2017 г.) – 1 место (Воеводин Павел – 3 место в беге на 60 м., 3 место в беге на 600 м., 3 место в общем зачёте, Герасимов Николай, Савин Игорь), 2004/2005 г. р. (г. Петрозаводск 2017 г.) – 2 место (Кезикова Диана). Республиканский этап «Президентские состязания» (г. Петрозаводск 2016 г.) – 2 место в эстафете 4 по 100 м. (Виноградова Альбина – участник эстафеты, Воеводин Павел – участник эстафеты, Иванова Милена, Калистратов Даниил – участник эстафеты, Кезикова Диана – участник эстафеты, Ромасловская Юлия), (г. Петрозаводск 2017 г.) – 1 место в спортивном многоборье и 3 место в эстафете 6 по 100 м. (Виноградова Альбина – участник эстафеты, Воеводин Павел – участник эстафеты, 1 место в личном спортивном многоборье, Герасимов Николай – участник эстафеты, Иванова Милена, Кезик Андрей – участник эстафеты, Кезикова Диана – участник эстафеты, Ромасловская Юлия – участник эстафеты, Савин Игорь).

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности 1 класс

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
№ уро- ка	Тема урока, <i>тип урока</i>	Дата проведения		Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты			Форма контроля, контрольные материалы	Учебный материал (№№ страниц, заданий, § и т.п.)
		план	факт		Предметные	Личностные	Метапредметные		

1 четверть (24 часа)

Раздел программы №1. Легкая атлетика. Подвижные игры (24 часа)									
1	Объяснение понятия «физическая культура». Правила поведения в спортивном зале и на площадке. Обучение построению в шеренгу. Обучение понятиям «основная стойка», «смирно», «вольно». Игра «Займи свое место» Вводный.	1.09-7.09		Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на площадке, с понятием «физическая культура», учатся слушать и выполнять команды «Смирно», «Вольно», построению в шеренгу, бег в рассыпную и нахождение места в строю, выполнять комплекс утренней гимнастики.	Соблюдают правила безопасного поведения на уроке, выполняют действия по образцу, выполняют построение в шеренгу по росту, выполняют комплекс утренней гимнастики	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу, развивают готовность к сотрудничеству	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей; формируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своих действий	Текущий	
2	Обучение построению в шеренгу, в колонну, понятию «низкий старт». Бег 30 м с низкого старта. Разучивание игры «Ловишка». <i>Изучение нового материала.</i>			Учатся строиться в шеренгу, колонну, выполняют комплекс утренней гимнастики, учатся положению «низкий старт» и выполняют бег 30 м. с низкого старта, разучивают правила и играют в игру «Ловишка»	Выполняют команды на построение и перестроение, выполняют комплекс утренней гимнастики,	Ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации, формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Самостоятельно выделяют и формулируют цели; используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя.	Текущий	
3	Совершенствование выполнения строевых упражнений, контроль двигательных качеств: бег			Повторяют построение в шеренгу, колонну, выполняют беговую разминку, выполняют комплекс утренней гимнастики,	Выполняют организующие строевые команды и приемы, разминку, бег с высокого старта и бег на скорость.	Понимают значение физического развития для человека и принимают его, ориентируются на	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят необходимые	Контроль двигательных качеств (бег 30м.)	

	30м. Обучение понятию «высокий старт». Разучивание игры «Салки с домом». Комбинированный			выполняют бег с высокого старта, бег 30 м на скорость, разучивают правила и играют в игру «Салки с домом»		понимание причин успеха в учебной деятельности, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	коррективы в действия после его завершения на основе оценки и учета сделанных ошибок.		
4	Обучение «челночному бегу». Контроль двигательных качеств: «челночный бег» 3*10м. Разучивание игры «Гуси-лебеди» Комбинированный	8.09-14.09		Выполняют задания в ходьбе для стопы и беге, выполняют комплекс упражнений с хлопками, разучивают что такое «челночный бег» и выполняют его. Выполняют «челночный бег» 3*10м на время, разучивают правила и играют в игру «Гуси-лебеди»	Учатся правильной технике «челночного бега», учатся бегу с изменением направления движения, учатся технически правильно выполнять поворот в «челночном беге»	Раскрывают внутреннюю позицию школьника, стремятся достичь хороших результатов в беге, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя.	Контроль двигательных качеств («челночный бег»)	
5	Обучение прыжкам вверх и в длину с места. Обучение понятию «расчет по порядку». Контроль пульса. Разучивание игры «Удочка». Изучение нового материала.			Выполняют легкоатлетические упражнения, разучивают технику движения рук и ног в прыжках вверх и в длину с места, учатся контролировать пульс, разучивают правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять легкоатлетические упражнения; прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления, учатся находить и контролировать пульс	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, оценивают правильность выполнения действия.	Текущий	
6	Объяснение значение физкультуры в			Знакомятся с ролью и значением уроков физкультуры для	Учатся характеризовать роль и значение	Ориентируются на активное общение и	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные	Текущий	

	жизни человека. Совершенствование выполнения строевых упражнений. Разучивание игры «Жмурки». Комбинированной			укрепления здоровья, выполняют строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали, разучивают правила и играют в игру «Жмурки»	физкультуры для укрепления здоровья, правильно выполнять строевые упражнения, выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
7	Ознакомление со способами передвижения человека. Совершенствование прыжка в длину с места. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Игра «Жмурки». Комбинированной	15.09 - 21.09		Знакомятся с различными способами передвижения: ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание; выполняют упражнения под заданный ритм и темп, повторяют прыжок в длину с места и выполняют прыжок на результат, играют в игру «Жмурки»	Узнают что такое жизненно важные способы передвижения человека, учатся выполнять упражнения под заданный темп и ритм, организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	
8	Ознакомление с историей возникновения физкультуры в Древнем мире. Обучение метанию мал. мяча на дальность. Разучивание игры «Пятнашки».			Знакомятся с историей возникновения физической культуры, разучивают как выполнять метание мал. мяча на дальность, выполняют метание, разучивают правила и играют в игру	Знакомятся с особенностями физической культуры древних народов, учатся технически правильно выполнять метание мал. мяча на дальность, выполнять организующие	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета	Текущий	

	Изучение нового материала.			«Пятнашки»	строевые команды и приемы	целей	сделанных ошибок; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок		
9	Объяснение правил контроля двигательных качеств по видам учебных действий. Контроль двигательных качеств: метание. Развитие координации, ловкости, скоростных качеств в эстафете «За мячом противника» Комбинированный			Знакомятся с правилами контроля двигательных качеств, повторяют метание мал. мяча на дальность, выполняют метание на результат, разучивают и проводят эстафету «За мячом противника»	Учатся выполнять упражнения, соблюдая правила безопасности, выполнять упражнения добиваясь конечного результата, выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности, соблюдать правила взаимодействия с игроками команды		Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, оценивают правильность выполнения действия, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (метание)	
10	Объяснение значения режима дня и личной гигиены для здоровья. Разучивание игр «Два Мороза», «Запрещенное движение». Изучение нового материала.	22.09 - 28.09		Знакомятся каким должен быть режим дня, о значении режима дня и гигиены для здоровья, выполняют беговые задания, выполняют упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников, разучивают правила и играют в игры «Два Мороза» и «Запрещенное движение»	Учатся организовывать и проводить подвижные игры, выполнять игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя и сверстников, формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и	Текущий	

							взаимодействии		
11	Ознакомление со способами разви-тия выносли-вости. Объясне-ние понятие «фи-зиические качест-ва» человека. Игры «Удочка», «Два Мороза». Комбинированный			Знакомятся с физическими качествами человека, выполняют бег на выносливость, повторяют правила и играют в игры «Удочка» и «Два Мороза»	Узнают что такое физические качества человека, развивают выносливость при выполнении игровых упражнений и бега, учатся органи-зовывать и прово-дить подвижные игры, соблюдать правила взаимодей-ствия с игроками		Ориентируются в раз-нообразии способов решения задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, планируют свои действия в соответствии с задачами и условиями ее реализации, формули-руют собственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
12	Обучение чувству ритма при выпол-нении бега. Выяв-ление наиболее эффективного темпа бега. Разучивание игры «Воробышки-попрыгунчики» Изучение нового материала.			Знакомятся как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях, выполняют медленный и быстрый бег, разучивают правила и играют в игру «Воробышки-попрыгунчики»	Самостоятельно подбирают ритм и темп своего бега, развивают внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений	Ориентируются на доброжелательно е общение и взаимо-действие со сверст-никами, проявляют дисциплинирован-ность, трудолюбие и упорство в достиже-нии поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач, определяют и кратко характеризуют физиич-ескую культуру как занятия физическими упражнениями, подвиж-ными и спортивными играми, планируют свои действия в соответствии с задачами и условиями ее реализации, формулируют вопросы, используют речь для регуляции своих действий	Текущий	
13	Ознакомление с различными видами народных игр. Разучивание русской народной игры «Горелки»	29.09 - 5.10		Знакомятся с ролью и значением народных игр в развитии физической культуры, выполняют ходьбу и бег с заданиями, разучивают правила	Учатся запоминать временные отрезки, выполнять игровые упражнения из подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисцип-линированность,	Самостоятельно форму-лируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; планируют свои	Текущий	

	Изучение нового материала			и играют в игру «Горелки»	разной функциональной направленности, учатся взаимодействовать с игроками	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
14	Объяснение правил поведения и ТБ в спортивном зале. Обучение метание предмета в цель. Разучивание игры «Охотник и зайцы». Изучение нового материала			Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале, выполняют задания в ходьбе и беге, комплекс упражнений с мал.мячом, метание мал.мяча в цель, разучивают правила и играют в игру «Охотник и зайцы»	Запоминают как вести себя в спортивном зале, соблюдая ТБ, выполнять легкоатлетические упражнения в метании мяча в цель, взаимодействовать с игроками		Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
15	Обучение перестроению в две шеренги. Обучение подъему туловища из положения лежа на спине. Разучивание игры «Вызов номеров» Изучение нового материала			Разучивают строевые упражнения: расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги, выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, разучивают как выполняется подъем туловища из положения лежа на спине, выполняют упражнение на пресс, разучивают правила и играют в игру «Вызов номеров»	Учатся выполнять построения, расчет и перестроение, выполнять организующие строевые команды и приемы, правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
16	Объяснение	6.10-		Знакомятся со	Знакомятся с	Ориентируются	Самостоятельно	Контроль	

	значения закаливания для укрепления здоровья. Ознакомление со способами закаливания. Обучение упражнениям в паре. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 30 сек. Игра «Удочка» Комбинированной	12.10		значением закаливания для здоровья и способами закаливания, выполняют упражнения в парах, выполняют подъем туловища за 30 сек., повторяют правила и играют в игру «Удочка»	ролью физкультурной деятельности оздоровительной направленности, учатся правилам взаимодействия при выполнении упражнений в паре, контролировать развитие двигательных качеств, выполняя подъем туловища за определенный отрезок времени, организовывать и проводить подвижные игры	на доброжелательное взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	формулируют проблемы и находят способы их решения, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	двигательных качеств (подъем туловища)	
17	Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям с гимнастической палкой. Разучивание игры «Непослушные стрелки часов» Комбинированной			Выполняют команды на построение и перестроение, разучивают упражнения с гимнастической палкой, выполняют упражнения для стопы с гимнастической палкой, разучивают правила и играют в игру «Непослушные стрелки часов»	Знакомятся с правилами выполнения упражнений с предметами, развивают координационные способности, ловкость и внимание при выполнении упражнений с гимнастической палкой, выполняют упражнения для стопы с целью профилактики плоскостопия	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
18	Совершенствование упражнений с			Выполняют упражнения с гимнастической	Выполняют жизненно важные двигательные		Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их	Текущий	

	гимнастически палками. Разучивание прыжков на двух ногах разными способами. Разучивание игры «Ноги на весу» <i>Комбинированный</i>			палкой и упражнения для стопы, разучивают прыжки на двух ногах и выполняют прыжки через веревочки, гимнастические палки, положенные лесенкой и в ряд (справа и слева от палок продвигаясь вперед), разучивают правила и играют в игру «Ноги на весу»	навыки и умения в прыжках на двух ногах различными способами, в различных изменяющихся условиях, находят отличительные особенности в выполнении прыжков разными учениками		осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
19	Совершенствование прыжков на двух ногах разными способами. Обучение прыжкам на одной ноге. Разучивание игры «День и ночь» <i>Комбинированный</i>	13.10 - 19.10		Повторяют упражнения с гимнастической палкой, выполняют прыжки на двух ногах разными способами, разучивают и выполняют прыжки на одной ноге, разучивают правила и играют в игру «День и ночь»	Контролируют способность прыгать на двух ногах в разных условиях, учатся прыгать на одной ноге сохраняя равновесие, выполняют прыжки соблюдая правила безопасности для предупреждения травматизма	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
20	Разучивание ОРУ с обручем. Обучение прыжков на двух ногах из обруча в обруч. Разучивание			Выполняют общеразвивающие упражнения с обручем, прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат в ряд и в	Учатся выполнять упражнения с предметом, бережно обращаться с инвентарем, соблюдать тре-	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают	Текущий	

	игры «Займи обруч» <i>Изучение нового материала.</i>			«шахматном порядке»), разучивают правила и играют в игру «Займи обруч»	бования ТБ; разви-вать прыгучесть при выполнении задания, ловкость, быст-роту и реакцию при проведении игры	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
21	Совершенствов ание ОРУ с обру-чем. Разучивание пролезание в обруч разными способами. Игра «Займи обруч» <i>Комбинированный</i>			Выполняют упражнения с обручем; разучивают способы пролезания в обруч: прямо и боком; разбирают как выполняется пролеза-ние и выполняют поточным методом; играют в игру «Займи обруч»	Учатся выполнять упражнения с предметом, бережно обращаться с инвентарем, соблюдать правила безопасности; разви-вают ловкость	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		Текущий	
22	Разучивание ОРУ с предметом. Совершенствов а-ние прыжков на двух и одной ноге через препятст-вие. Разучивание игры «Ловишки с хвостиком» <i>Комбинированный</i>	20.10 - 28.10		Выполняют комплекс ОРУ с веревочкой, прыжки на двух и одной ноге через веревочки положенные «лесенкой», разучивают правила и играют в игру «Ловишки с хвостиком»	Контролируют способность прыгать на двух ногах (ноги вместе)и одной ноге сохраняя равновесие, играют соблюдая правила, учатся взаимодействоват ь со сверстниками при проведении игры	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятель-ности и формиро-вание личностного смысла учения	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формули-руют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план дей-ствия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
23	Разучивание упражнений на гимнастических скамейках. Обу-чение ползанию по гимнастичес-кой скамейке, метание мал.мяча в			Разучивают и выполняют упражнения на гимнастической скамейке, ползание по гимнастической скамейке разными способами: на коленях, на животе;	Учатся выполнять упражнения исполь-зуя гимнастические снаряды, регули-ровать физиическую нагрузку во время занятий; взаимо-	Ориентируются на доброжелательно е общение и взаимо-действие со сверстн-иками, проявляют дисциплинирован-ность,	Самостоятельно форму-лируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выпол-няют действия в соот-ветствии с	Текущий	

	цель. Игра «Удочка» Изучение нового материала.			метание мал.мяча в цель; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	действовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
24	Развитие двигательных качеств: выносливости и быстроты в эстафетах «Веселые старты» Комбинированный			Выполняют общеразвивающие упражнения по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, выполняют эстафеты с различными видами движений: с бегом, прыжками, пролезанием в обруч, ползанием	Закрепляют навыки выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала, соблюдая правила безопасности		Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и ситуации столкновения интересов приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

Результаты 1 четверти: из 24 плановых часов проведено

2 четверть (24 часа)

Раздел программы №2 Гимнастика с элементами акробатики. Подвижные игры (24 часа)

25	Правила поведения в спортивном зале на уроках гимнастики. Разучивание понятий : вис, упор. Обучение упражнению «вис на гимнастичес-	7.11-13.11		Знакомятся с правилами поведения на уроках гимнастики, выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, разучивают как выполняются вис и упор, выполняют	Знакомятся с ТБ на уроках гимнастики, учатся правилам выполнения упражнения на гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, договариваются и	Текущий	
----	---	------------	--	---	--	---	--	---------	--

	кой стенке». Разучивание игры «Совушка» <i>Изучение нового материала</i>			упражнение на гимнастической стенке: вис; разучивают правила и играют в игру «Совушка»	«виса», учатся выполнять упражнения для развития силы, организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила игр и правила взаимодействия с игроками		приходят к общему решению в совместной деятельности		
26	Объяснение особенностей выполнения упражнений гимнастики с элементами акробатики. Обучение технике выполнения перекатов. Разучивание игры «Передача мяча в туннеле» <i>Изучение нового материала</i>			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, знакомятся с простейшими элементами акробатики, учатся выполнять перекаты в группировке, разучивают и играют в игру «Передача мяча в туннеле»	Знакомятся с акробатическими элементами, что такое группировка, как технически грамотно выполнить перекаты в группировке: назад, в сторону, развивают координационные способности, учатся соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
27	Обучение технике выполнения кувырка вперед. Объяснение принципов проведения круговой тренировки. Разучивание игры «Мышеловка» <i>Изучение нового</i>			Выполняют ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, разучивают как правильно выполнить кувырок вперед, выполняют кувырок, учатся выполнять задания в круговой тренировке, разучивают правила и играют в игру	Развивают координационные способности, выполняя акробатические упражнения (кувырок вперед), учатся выполнять действия в круговой тренировке закрепляя учебный материал, учатся			Текущий	

	материала			«Мышеловка»	контролировать физическое состояние при выполнении круговой тренировки				
28	Обучение технике выполнения упражнения «стойка на лопатках». Совершенствование кувырка вперед. Игра «Займи свое место» Комбинированный	14.11 - 20.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, разучивают правила выполнения «стойки на лопатках» и выполняют, повторяют кувырок вперед, повторяют правила и играют в игру «Займи свое место»	Учатся выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя; выполнять акробатические упражнения, добиваясь достижения конечного результата	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
29	Обучение технике выполнения упражнения «мост». Совершенствование выполнения упражнений акробатики в разных сочетаниях. Разучивание игры «Кот и мышь» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, разучивают технику выполнения упражнения «мост» и выполняют, повторяют кувырок вперед и «стойку на лопатках» соединяя элементы, разучивают правила и играют в игру «Кот и мышь»	Знакомятся как развивать гибкость тела выполняя акробатические элементы, выполнять упражнения акробатики соединяя их в различных сочетаниях, учатся соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
30	Разучивание ходьбы на носках по гимнастическо			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на	Выполняют упражнения для развития гибкости, учатся	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления, осу-	Контроль двигательных качеств (наклон	

	й скамейке, конт-роль двигатель-ных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Кот и мышь» <i>Комбинированный</i>			гимнастическом мате, разучивают и выполняют ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повто-ряют правила и играют в игру «Кот и мышь»	выполнять упраж-нения по образцу учителя, сохранять равновесие, выпол-няя ходьбу по гим-настической ска-мейке на носках, организовывать и проводить подвижные игры	обучающегося, развитие мотивов учебной деятель-ности и формиро-вание личностного смысла учения	ществуяют поиск необ-ходимой информации, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализа-ции, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	вперед из положения стоя)	
31	Обучение прави-лам выполнения лазания по наклонной скамейке. Повторение упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Объяснение правил игры на внимание «Класс» <i>Комбинированный</i>	21.11 - 27.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражне-ния лежа на боку на гимнастическом мате, разучивают способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание раз-ными способами, повторяют упражнение «мост», играют в игру «Мышеловка», разучивают правила и играют в игру на внимание «Класс»	Учатся выполнять упражнения для развития ловкости и координации, выполнять игровые упражнения по команде учителя, организовывать и проводить подвижные игры	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, про-являют дисципли-нированность, тру-долобие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разно-образии способов реше-ния задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят измене-ния в план действия, формулируют собст-венное мнение, исполь-зуют речь для регуляции своего действия	Текущий	
32	Обучение пра-вилам выпол-нения упражне-ний в равновесии «цапля», «ласточ-ка». Контроль двигательных качеств: подтя-гивание из виса лежа. Разучи-			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражне-ния лежа на боку на гимнастическом мате, разучивают и выпол-няют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка», разучивают и выполняют на	Учатся выполнять упражнения для развития силы, упражнения сохра-няя равновесие, учатся выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных	Проявляют положи-тельные качества личности и управ-ляют своими эмо-циями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, плани-руют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя, форму-лируют собственное	Контроль двигательных качеств (подтягивание из виса лежа)	

	вание игры «Пра-вильный номер» <i>Комбинированный</i>			результат подтягивание из виса лежа, разучивают правила и играют в игру «Правильный номер»	физических качеств, соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками		мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
33	Совершенствование выполнения упражнений в равновесии «цапля», «ласточка» и акробатических упражнений. Разучивание игры «Волк во ру» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют упражнения «цапля» и «ласточка», акробатические упражнения : «стойка на лопатках», «мост», разучивают правила и играют в игру «Волк во рву»	Закрепляют навыки в упражнениях акробатики, развивают координацию, ловкость, внимание при выполнении заданий и игровых упражнений	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления, оценивают правильность выполнения действия, формулируют собственное мнение, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
34	Обучение технике выполнения виса на перекладине и гимнастической стенке. Разучивание игры «Тараканчики» <i>Изучение нового материала</i>	28.11 -4.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, разучивают что такое вис и способы виса на перекладине и гимнастической стенке и выполняют; разучивают правила и играют в игру «Тараканчики»	Развивают координационные способности, силу и ловкость при выполнении висов и упражнений игры, учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий на гимнастической стенке	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы, используют установленные правила в контроле способа решения, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
35	Объяснение значения физкультминуток и принципов их построения. Совершенс-			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, повторяют кувырок вперед и	Знакомятся с ролью физкультурной деятельности оздоровительной направленности, развивают	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	Используют общие приемы решения поставленных задач, определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия	Текущий	

	творение кувырка вперед поточным методом. Разучивание игры «Хитрая лиса» <i>Комбинированный</i>			выполняют его поточным методом, разучивают правила и играют в игру «Хитрая лиса»	координационные способности при выполнении упражнений акробатики, быстроту и ловкость в игре	нестандартных ситуациях	оздоровительной направленности, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия		
36	Совершенствование упражнения акробатики «мост», разучивание полушпагата, переката назад в группировке и кувырка назад. Игра «Хитрая лиса» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения : наклон вперед сидя на полу, «мост» и полушпагат, выполняют перекат назад в группировке и разучивают технику выполнения кувырка назад, выполняют кувырок назад, играют в игру «Хитрая лиса»	Учатся выполнять упражнения для развития гибкости, развивают координационные способности при выполнении кувырка назад, ловкость и быстроту в игре	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в свои планы, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
37	Развитие координационных способностей: ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки. Разучивание игры «Змейка» <i>Изучение нового материала</i>	5.12-11.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу по узкой рейке гимнастической скамейки разными способами, разучивают правила и играют в игру «Змейка»	Учатся технически грамотно выполнять упражнения в равновесии, соблюдать правила игры и взаимодействия с игроками	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач, самостоятельно выделяют и формулируют цели, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, используют речь для регуляции	Текущий	

							своего действия		
38	Обучение навыкам лазанья и перелезания по гимнастической стенке. Обучение упражнениям, направленным на формирование правильной осанки. Игра «Жмурки» <i>Комбинированной</i>			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, разучивают способы лазанья и перелезания по гимнастической стенке, упражнения на формирование правильной осанки, выполняют лазанье и перелезания, упражнения для осанки	Знакомятся с организационными приемами лазанья по гимнастической стенке, учатся выполнять упражнения на гимнастической стенке соблюдая правила безопасности для предупреждения травматизма	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы, ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, обращаются за помощью, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
39	Развитие ловкости в перемещении по гимнастической стенке. Совершенствование техники выполнения кувырков вперед и назад. Игра «Волк во рву» <i>Повторение пройденного материала</i>			Выполняют ходьбу и бег, упражнения сидя на мате, выполняют лазанье и перелезания на гимнастической стенке, повторяют технику и выполняют кувырки вперед и назад, повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Развивают ловкость и координацию при выполнении перемещений по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
40	Разучивание упражнений разминки с обручами. Обучение вращению	12.12 - 18.12		Разучивают и выполняют: упражнения с обручем, вращение обруча на разных частях тела, пол-	Учатся технике вращения обруча, знакомятся с прикладным упражнением	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения	Текущий	

	обруча. Разучивание ползание «по-пластунски». Разучивание игры «Бездомный заяц» <i>Изучение нового материала</i>			зание «по-пластунски»; разучивают правила и играют в игру «Бездомный заяц»	гимнастики ползание «по-пластунски» и его применение в военной деятельности, учатся взаимодействовать со сверстниками при проведении игры	различных нестандартных ситуациях	задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
41	Разучивание перелезание через препятствие. Совершенствование лазанье и перелезание по гимнастической стенке различными способами. Игра «Бездомный заяц» <i>Комбинированный</i>			Повторяют упражнения разминки с обручем, разучивают как правильно выполняется перелезание через препятствие и выполняют, повторяют лазанье и перелезание по гимнастической стенке, повторяют правила и играют в игру «Бездомный заяц»	Развивают ловкость и смелость выполнения лазанье по гимнастической стенке, ловкость и координацию движений при перелезание через препятствие, учатся соблюдать правила игры, соблюдать правила безопасности выполнения лазанье и перелезание через гимнастические снаряды	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
42	Обучение упражнениям полосы препятствий. Разучивание упражнений «лодочка», «кольцо».			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, разучивают и выполняют: упражнения «лодочка» и	Развивают двигательные качества: быстроту, выносливость во время преодоления полосы препятствий, учатся	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в	Текущий	

	Разучивание игры «Салки-выручалки» <i>Изучение нового материала</i>			«кольцо»; упражнения полосы препятствий; разучивают правила и играют в игру «Салки-выручалки»	самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений акробатики, развивают гибкость выполняя упражнения «лодочка» и «кольцо»	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	план действия; формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия		
43	Развитие гибкости в упражнениях «лодочка», «кольцо». Разучивание упражнения «полушпагат». Игра «Салки-выручалки» <i>Комбинированный</i>	19.12 - 25.12		Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют упражнения на гибкость «лодочка», «кольцо»; разучивают и выполняют упражнение «полушпагат», повторяют правила и играют в игру «Салки-выручалки»	Учатся выполнять упражнения для развития гибкости; осанки и координации движений при выполнении «полушпагата»	Понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют занятия гимнастикой как средство общего развития человека; планируют свои действия в соответствии с задачами урока и условиями ее реализации; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
44	Разучивание кувырка в сторону. Совершенствование акробатических упражнений и соединение в комбинацию. Разучивание игры «Третий лишний» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег, ОРУ; разучивают кувырок в сторону; повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мостик», кувырок назад; соединяют их в комбинацию и выполняют; разучивают правила и играют в игру «Третий лишний»	Учатся соединять акробатические упражнения и выполнять гимнастическую комбинацию на среднем уровне	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях			
45	Совершенствование безопасного			Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие	Учатся выполнять упражнения акробатики,	Проявляют дисциплинированность,	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную	Текущий	

	выполнения акробатических упражнений. Развитие ловкости и координации при выполнении гимнастической комбинации. Разучивание игры «Салки с мячом» Комбинированный			упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют и выполняют гимнастическую комбинацию; разучивают и играют в игру «Салки с мячом»	соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия		
46	Развитие ловкости и координации при выполнении гимнастической комбинации. Разучивание игры «Салки ноги от земли»	26.12 - 30.12		Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют и выполняют гимнастическую комбинацию; разучивают правила и играют в игру «Салки-ноги от земли»				Текущий	
47	Совершенствование разученных ранее общеразвивающих упражнений. Объяснение и разучивание игровых действий эстафетс			Выполняют ОРУ по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с предметами и различными видами движений.	Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку; закрепляют умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; выполняют	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; используют	Текущий	

	предме-тами. <i>Комбинированный</i>				командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	взрослыми	речь для регуляции своего действия		
48	Разучивание эстафет с акробатическими и прикладными гимнастическими упражнениями. Развитие координационных способностей в эстафетах. <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения, разучивают и выполняют эстафеты с кувырком вперед, «мостиком», ползанием «попластунски», лазанием по гимнастической стенке, перелезанием через препятствие	Учатся выполнять командные действия в эстафете, совершенствовать акробатические и прикладные гимнастические упражнения; взаимодействовать со сверстниками при проведении соревнований	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают замечания учителя; формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	

Результаты 2 четверти: из 48 плановых часа проведено

3 четверть (27 часов)

Раздел программы №3 Лыжная подготовка. (13 часов)

49	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Обучение правилам подготовки спортивного инвентаря для занятий на лыжах. <i>Изучение нового материала</i>	12.01 - 18.01		Знакомятся с правилами безопасного поведения на уроках лыжной подготовки: подготовка лыж, переноска до лыжни, поведение на лыжне; организованно выходят с лыжами из помещения, учатся правильно укладывать лыжи на снег и их пристегивать, выполняют движения на лыжах по кругу; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются	Узнают ТБ на уроках лыжной подготовки, организационные приемы переноса и надевания лыж	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
----	--	---------------	--	---	--	---	--	---------	--

				в школу					
50	Объяснение значения занятий на лыжах для укрепления здоровья. Обучение ступающему шагу на лыжах и движению на лыжах в колонне с соблюдением дистанции. <i>Изучение нового материала</i>			Беседуют о значении занятий лыжами для здоровья; получают лыжи и организованно выходят на лыжную дорожку в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику ступающего шага на лыжах и выполняют движение ступающим шагом по лыжне в колонне с соблюдением дистанции; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Планируют лыжные прогулки в режиме дня для укрепления здоровья; учатся правильно выполнять ступающий шаг на лыжах; двигаться на лыжах в колонне, соблюдая дистанцию	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями включая лыжную подготовку; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
51	Обучение технике поворота на лыжах переступанием. Совершенствование движения на лыжах ступающим шагом в колонне. <i>Комбинированны</i>			Получают лыжи и организованно выходят на лыжную дорожку в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику поворота переступанием и выполняют поворот на месте; двигаются ступающим шагом по	Узнают правила поворотов переступанием на месте; учатся повороту переступанием вокруг пяток лыж, выполняют повороты вправо и влево, соблюдают правила безопасного	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют	Текущий	

	й			лыжне в колонне; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	поведения на лыжах		собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
52	Обучение технике скользящего шага. <i>Изучение нового материала</i>	19.01 - 25.01		Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику скользящего шага и выполняют движение по лыжне скользящим шагом; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся двигаться на лыжах скользящим шагом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
53	Развитие умения двигаться на лыжах скользящим шагом <i>Повторение пройденного материала</i>								
54	Обучение спуску на лыжах без палок. Развитие выносливости в движении на лыжах без палок. <i>Комбинированный</i>			Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику спуска без палок в положении полуприседа; выполняют движение по лыжне скользящим шагом; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Знакомятся какие бывают способы передвижения на лыжах; учатся спускаться с небольшого возвышения на лыжах в средней стойке в соответствии с правилами безопасности	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; умеют управлять своими эмоциями в различных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
55	Обучение подъему на лыжах разными способами на склоне.	26.01 - 1.02		Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с	Знакомятся с правилами преодоления небольших	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и		Текущий	

	Совершенство- вание спуска на лыжах без палок в средней стойке. <i>Комбинированный</i>			лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику подъема на склон ступающим и скользящим шагом: наискось, «елочкой», «лесенкой»; выполняют подъемна склон разными способами и спуск в средней стойке; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	склонов, встречающиеся на дистанции; учатся правильному подъему на лыжах разными способами, закрепляют спуск с небольшой горки	упорство в достижении поставленных целей			
56	Обучение тормо-жению на лыжах. Совершенствов ание передвижения скользящим шагом без палок. <i>Комбинированный</i>			Получают лыжи и орга-низованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают торможение падением, выполняют; передви-жение по лыжне сколь-зящим шагом и приме-няют торможение падением во время движения	Знакомятся в каких случаях исполь-зуется торможение падением; учатся выполнять тормо-жение падением, соблюдая правила техники безопас-ности; развивают выносливость совершенствуя передвижение по дистанции скользящим шагом			Текущий	
57 58	Объяснение пра-вил надевания лыжных палок и техники работы рук. Обучение движению на лыжах с помощью палок.			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучи-вают правила надевания лыжных палок и техни-ку	Учатся движению на лыжах с палками: поочередно подни-мая пятки лыж и прижимая носки, отталкиваются палками и продвига-ются вперед; учатся	Проявляют дисцип-линированность, трудолюбие и упорство в дости-жении поставлен-ных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и	Самостоятельно выде-ляют и формулируют цели и способы их осуществления; пла-нируют свои действия в соответствии с постав-ленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность	Текущий	

	Изучение нового материала Совершенствование скользящего шага на лыжах с палками. Повторение пройденного материала	2,3.03 13.03 - 19.03		работы рук; выполняют; передвижение по лыжне скользящим шагом с палками	координировать движения рук и ног	взрослыми	выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; используют речь для регуляции своего действия		
59	Обучение подъему на лыжах и спуску с палками. Развитие скоростно-силовых качеств во время движения на лыжах. Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают работу рук с палками во время подъема на склон и положение палок во время спуска; выполняют передвижение по лыжне скользящим шагом с палками	Учатся правильно выполнять подъем на лыжах с палками ступающим шагом, правильно отталкиваться и принимать правильное положение с палками во время спуска со склона; выполнять скольжение на одной лыже отталкиваясь правой и левой ногой с поочередным выносом рук	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
60	Обучение движению на лыжах «змейкой». Совершенствование подъема ступающим шагом с палками. Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают и выполняют движение на лыжах	Знакомятся как выполняется движение на лыжах «змейкой»; учатся выполнять передвижения на лыжах с помощью палок разными способами; передвигаться на лыжах,	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок;	Текущий	

				«змейкой»; выполняют подъем ступающим шагом с палками	преодолевая препятствия		договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
61	Развитие вынос-ливости во время прохождения на лыжах 500м в медленном темпе. <i>Повторение пройденного материала</i>	20.02 - 26.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне скользящим шагом с палками дистанцию 500м в медленном темпе	Учатся правильно называть лыжный инвентарь; передви-гаться на лыжах длительное время; выполнять упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала			Текущий	
Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (14 часов)									
62	Обучение прави-лам безопасности при разучивании элементов спор-тивных игр. Разучивание упражнений с большим мячом. Обучение ловле мяча. Разучивание игры «Охотник и утки» <i>Изучение нового материала</i>			Знакомятся с правилами поведения на уроках при обучении элементов спортивных игр; выпол-няют упражнения с большим мячом; знако-мятся с ловлей мяча, выполняют ловлю мяча после подбрасывания вверх и удара об пол; разучивают правила и играют в игру «Охотник и утки»	Узнают правила ТБ с мячом; как выполнять броски и ловлю большого мяча, учатся ловить большой мяч подбрасывая его вверх и ударяя об пол	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятель- ности и формиро- вание личностного смысла учения	Выделяют и формули- руют познавательные цели с помощью учителя; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с постав- ленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
63	Совершенствов ание упражнений с боль-шим мячом. Совершенствов ание навыков			Выполняют упражнения с большим мячом; повторяют ловлю мяча, после подбрасывания вверх и удара об пол: с	Узнают как выпол-нять броски и ловлю большого мяча раз-ными способами, учатся ловить боль-шой			Текущий	

	ловли большого мяча. Игра «Охотники и утки» <i>Повторение пройденного материала</i>			хлопками, двумя и одной рукой; повторяют правила и играют в игру «Охотник и утки»	мяч подбрасывая его вверх и ударяя об пол двумя и одной рукой, с хлопками в ладоши, организовывать и проводить игры, соблюдая правила				
64	Развитие координации в общеразвивающих упражнениях с малыми мячами. Обучение броскам и ловле малого мяча. Разучивание игры «Вышибалы» <i>Изучение нового материала</i>	27.02 - 5.03		Выполняют общеразвивающие упражнения с малым мячом; разучивают броски ловлю малого мяча, выполняют ловлю двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол; разучивают правила и играют в игру «Вышибалы»	Знакомятся как правильно выполнять броски и ловлю малого мяча; учатся выполнять упражнения с малыми мячами, правильной технике броска и ловли малого мяча	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
65	Закрепление упражнений с малым мячом. Совершенствование навыков ловли малого мяча. Игра «Вышибалы» <i>Повторение пройденного материала</i>			Выполняют общеразвивающие упражнения с малым мячом; повторяют броски и ловлю малого мяча, выполняют ловлю двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол, с хлопком в ладоши; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»				Текущий	
66	Совершенствование ОРУ с малым мячом. Обучение броскам и ловле одной			Выполняют общеразвивающие упражнения с малым мячом; разучивают технику броска и ловли мяча одной	Учатся правильной технике броска и ловли мяча одной рукой; контролировать силу и	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной	Текущий	

	рукой. Разучивание игры «Снежки» <i>Комбинированный</i>			рукой (малого и большого), выполняют броски и ловлю мяча одной рукой; броски мяча в цель одной рукой; разучивают правила и играют в игру «Снежки»»	высоту броска; попадать в цель, бросая мяч одной рукой	общении со сверстниками и взрослыми	задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
67	Обучение броскам и ловле мяча в паре. Разучивание игры «Антивышибалы» <i>Изучение нового материала</i>	6.03-12.03		Выполняют общеразвивающие упражнения; разучивают броски и ловлю мяча в парах и выполняют броски разными способами; разучивают правила и играют в игру «Антивышибалы»»	Учатся как взаимодействовать с партнером при выполнении бросков и ловли в парах; развивают глазомер и контролируют силу броска	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
68	Совершенствование навыков бросков и ловли мяча в парах разными способами. Разучивание игры «Собачка» <i>Комбинированный</i>			Выполняют общеразвивающие упражнения; повторяют броски и ловлю мяча в парах и выполняют броски разными способами (снизу, от груди, сверху, от плеча, сбоку); разучивают правила и играют в игру «Собачка»»				Текущий	
69	Обучение упражнениям с большим мячом у стены. Игра «Собачка» <i>Комбинированный</i>			Повторяют ОРУ с большим мячом; разучивают способы бросков в стену, выполняют броски и ловлю мяча в стену разными способами; повторяют правила и играют в игру «Собачка»	Развивают глазомер и контролируют силу броска при выполнении броска и ловли мяча в стену; учатся находить отличительные особенности в выполнении	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	Текущий	

					двига-тельных действий разными учениками, выделять отличительные признаки		решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов		
70	Обучение ведению мяча на месте. Разучивание игры «Мяч из круга» <i>Изучение нового материала</i>	13.03 - 19.03		Выполняют общеразвивающие упражнения; разучивают технику ведения мяча на месте и выполняют ведение на месте разными способами : двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; разучивают правила и играют в игру «Мяч из круга»	Учатся выполнять ведение мяча на месте; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
71	Совершенствование ведение мяча на месте. Разучивание ведение мяча в движении. Игра «Мяч из круга» <i>Комбинированная</i>			Выполняют общеразвивающие упражнения; повторяют ведение на месте разными способами : двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; разучивают технику ведения мяча в движении и выполняют ведение в движении разными способами; повторяют правила и играют в игру «Мяч из круга»	Учатся выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила игры и взаимодействия с игроками			Текущий	
72	Обучение броскам мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху». Разучивание			Выполняют общеразвивающие упражнения; разучивают как бросать мяч в кольцо, технику выполнения	Учатся выполнять бросок мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность,	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его	Текущий	

	игры «Мяч соседу» <i>Изучение нового материала</i>			бросков мяча в кольцо способа-ми «снизу» и «сверху», выполняют броски; разучивают правила и играют в игру «Мяч соседу»	броска; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	трудолюбие и упорство в достижении постав-ленных целей	завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
73	Совершенствование бросков в кольцо разными способами. Игра «Мяч соседу» <i>Повторение пройденного материала</i>	20.03 - 24.03		Выполняют общеразвивающие упражнения; повторяют как бросать мяч в кольцо, технику выполнения бросков мяча в кольцо способа-ми «снизу» и «сверху», выполняют броски; повторяют правила и играют в игру «Мяч соседу»				Текущий	
74	Развитие скорост-ных качеств, ловкости, внимания в баскетбольных упражнениях с мячом в парах. Разучивание игры «Гонки мячей в колонне» <i>Комбинированный</i>			Выполняют общеразвивающие упражнения; разучивают как правильно выполнять бросок мяча в кольцо после ведения; выполнять передачу мяча после ведения в паре; разучивают правила и играют в игру «Гонка мячей в колонне»	Учатся выполнять бросок мяча в кольцо после ведения; выполнять передачу мяча в парах после ведения; совершенствовать координа-цию, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Оrientируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
75	Совершенствование разученных ранее			Выполняют сами ранее разученные общеразвивающие упражнения;	Учатся самостоятельно организовывать и проводить	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие	Текущий	

	общеразвивающих упражнений. Объяснение и разучивание игровых действий эстафет «Веселые старты». Комбинированный			разучивают и выполняют эстафеты с мячом	разминку; использовать полученные навыки в процессе обучения; закрепляют умения и навыки правильного выполнения заданий с мячом; выполняют командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала	упорство в достижении поставленных целей умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
--	---	--	--	---	--	---	--	--	--

Результаты 3 четверти: из 75 плановых часов проведено

4 четверть (24 часа)

Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (6 часов)

76	Повторение ТБ с мячом. Обучение броскам и ловле мяча через сетку. Разучивание игры «Перекинь мяч» <i>Изучение нового материала</i>	3.04-9.04		Повторяют правила поведения на уроках с мячом; выполняют ОРУ с большим мячом, знакомятся какие бывают игры с мячом через сетку; разучивают правильную технику бросков и ловли мяча через сетку; разучивают правила и играют в игру «Перекинь мяч»	Учатся выполнять броски мяча через сетку и ловить высоко летящий мяч; развивают силу и высоту броска; учатся играть соблюдая правила игры и контролировать свои действия и действия соперника	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
77	Совершенствование бросков разными способами и ловлю мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч» <i>Повторение пройденного</i>			Повторяют ОРУ с большим мячом; повторяют как правильно выполнять бросок через сетку разными способами: снизу, сверху, от плеча, от груди, сбоку, выполняют броски и ловлю	Учатся выполнять броски мяча через сетку разными способами и ловить высоко летящий мяч; развивают силу и высоту броска; играют соблюдая правила и контро-			Текущий	

	материала			мяча через сетку разными способами; повторяют правила и играют в игру «Перекинь мяч»	лируя свои действия и действия соперника			
78	Обучение броскам набивного мяча. Разучивание игры «Горячая картошка» <i>Изучение нового материала</i>			Выполняют ОРУ без предмета; знакомятся с набивным мячом, какие бывают способы бросков набивного мяча, разучивают правильную технику броска набивного мяча из-за головы, выполняют броски в парах; разучивают правила и играют в игру «Горячая картошка»	Учатся выполнять броски набивного мяча из-за головы; соблюдать правила взаимодействия с партнером с целью предупреждения травматизма	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий
79	Совершенствование бросков набивного мяча разными способами. Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Игра «Горячая картошка» <i>Комбинированный</i>	10.04 - 16.04		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют технику броска набивного мяча разными способами: снизу, от груди, от плеча, из-за головы, выполняют броски в парах; повторяют правила и играют в игру «Горячая картошка»	Закрепляют навык выполнения броска набивного мяча; с целью контроля за развитием двигательных качеств технически правильно выполняют бросок набивного мяча из-за головы	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		Контроль за развитием двигательных качеств (броски набивного мяча из-за головы).
80 81	Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку. Разучивание игры «Пионербол» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ОРУ с хлопками; повторяют броски разными способами и ловлю мяча в парах; разучивают правила и играют в игру «Пионербол»	Закрепляют навык выполнения броска и ловли мяча; учатся грамотно использовать технику броска и ловли мяча во время	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости-	Используют общие приемы решения поставленных задач; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных	Текущий

					игры; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	жении поставленных целей	ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
Раздел программы №5. Легкая атлетика. Подвижные игры (18 часов)									
82	Повторение ТБ по легкой атлетике. Совершенствование прыжка в длину с места. Разучивание игры «Пустое место» <i>Комбинированный</i>	17.04 - 23.04		Выполняют различные ходьбу и бег, ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с места, выполняют прыжок; разучивают правила и играют в игру «Пустое место»	Совершенствуют на-вык технически правильно выполнять прыжок в длину с места; в доступной форме объяснять технику прыжка в длину с места, анализировать и находить ошибки при выполнении, их исправлять	Проявляют положительные качества личности и управ-ляют своими эмо-циями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценива-ют правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
83	Обучение технике прыжка в длину с разбега на гимнастический мат. Совершенствование прыжка в длину с места. Игра «Пустое место» <i>Комбинированный</i>			Выполняют различные ходьбу и бег, ОРУ без предмета; разучивают технику прыжка в длину с разбега и выполняют прыжок; повторяют прыжок в длину с места; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»	Учатся технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности; прыжок в длину с места; взаимодействовать со сверстниками во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управ-лять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; плани-руют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
84	Контроль за развитием двигательных качеств:			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, ОРУ с круговыми движениями;	Учатся выполнять прыжки через низкие барьеры во время бега;	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществ-	Контроль двигательных качеств (прыжок в	

	прыжок в длину с места. Обучение прыжкам через низкие барьеры. Развитие прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет» <i>Комбинированный</i>			выполняют прыжок в длину с места на результат; разучивают технику прыжков через низкие барьеры и выполняют прыжки через низкие барьеры во время бега; разучивают и выполняют эстафету	развивают силу, ловкость, прыгучесть и координацию во время выполнения прыжков разными способами	упорство в достижении поставленных целей	вления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	длину с места)	
85	Совершенствование прыжка в длину с разбега. Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на низкой перекладине из виса лежа. Развитие быстроты и прыгучести в эстафете «Прыжками через лавки» <i>Комбинированный</i>	24.04 - 30.04		Выполняют ходьбу и бег с заданиями ОРУ с круговыми движениями; выполняют прыжок в длину с разбега на гимнастический мат; повторяют и выполняют на результат подтягивание на низкой перекладине из виса лежа; разучивают и выполняют эстафету	Закрепляют подтягивание из виса лежа, развивают силовые качества и выносливость; соблюдают правила взаимодействия с игроками при проведении эстафет	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; ; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (подтягивание)	
86	Строевые упражнения. Контроль пульса. Развитие координации в упражнениях с гимнастическими палками. Игры-эстафеты с гимнастическими			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; находят и подсчитывают пульс; выполняют ОРУ с гимнастическими палками; разучивают и играют в эстафеты с гимнастическими палками	Повторяют строевые упражнения; учатся находить и подсчитывать пульс до и после нагрузки; развивают координацию при выполнении упражнений с гимнастическими палками,	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему	Текущий	

	палками. <i>Комбинированный</i>				соблюдая правила безопасности	управлять эмоциями при общении со сверстниками	решению в совместной деятельности		
87	Совершенствование строевых упражнений. Контроль пульса. Обучение отжимание от пола. Разучивание игры «Космонавты» <i>Комбинированный</i>			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; находят и подсчитывают пульс; выполняют ОРУ с гимнастическими палками; разучивают как правильно выполняется отжимание от пола и выполняют; разучивают правила и играют в игру «Космонавты»	Учатся характеризовать физическую нагрузку по показателям частоты пульса, регулировать ее во время занятия; развивают силу рук выполняя отжимание от пола;	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; ; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
88	Совершенствование отжимание от пола. Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Космонавты» <i>Комбинированный</i>	1.05-7.05		Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег «змейкой»; находят и подсчитывают пульс; выполняют ОРУ; повторяют отжимание от пола; выполняют упражнения на гибкость и наклон вперед из положения стоя на результат; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	Закрепляют отжимание от пола; развивают гибкость, закрепляя навык выполнения наклона вперед; соблюдают правила взаимодействия с игроками при проведении игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		Контроль двигательных качеств (гибкость)	
89	Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек.			Выполняют ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ; повторяют как правильно выполняется упражнение на пресс и выполняют поднимание туловища из положения	Учатся поднимать туловище из положения лежа на скорость, развивая скоростно-силовые качества; организовывать и проводить	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища за 30 сек)	

	Разучивание игры «Мы веселые ребята» <i>Комбинированный</i>			лежа на спине за 30 сек. на результат; разучивают правила и играют в игру «Мы веселые ребята»	подвижные игры		задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия		
90	Разучивание упражнений со скакалкой. Обучение прыжкам со скакалкой. Разучивание игры на внимание «Угадай кто ушел» <i>Изучение нового материала</i>			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; разучивают способы прыжков со скакалкой, выполняют прыжки; разучивают правила и играют в игру на внимание «Угадай кто ушел»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой; соблюдать правила безопасности; приземлять смягчая прыжок; развивают внимательность по средствам игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
91	Повторение упражнений со скакалкой. Совершенствование навыков прыжков со скакалкой один и обучение прыжкам в тройках. Разучивание игры малой подвижности «Кто сказал мяу» <i>Комбинированный</i>	8.05-14.05		Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют прыжков со скакалкой разными способами; разучивают как выполняются прыжки со скакалкой в тройках(двое вращают, третий прыгает), делятся на тройки и прыгают; разучивают правила и играют в игру «Кто сказал мяу»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой как один, так и в тройках, соблюдая правила безопасности	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками		Текущий	
92	Совершенствование техники низкого старта. Обучение понятию «стартовое ускорение».			Повторяют правила поведения во время урока на улице, одежда и обувь; выполняют ходьбу и бег с заданиями;	Учатся выполнять упражнения для развития скоростных качеств; грамотно использовать	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия; планируют	Текущий	

	Развитие скоростных качеств. Разучивание игры «Золотые ворота» <i>Комбинированный</i>			общеразвивающие упражнения; повторяют технику низкого старта и разучивают «стартовое ускорение», выполняют бег с ускорением; разучивают правила и играют в игру «Золотые ворота»	технику низкого старта при выполнении бега	в различных нестандартных ситуациях	свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия		
93	Совершенствование бега на 30м с низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий. Игра «Золотые ворота» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; бег 30 м с низкого старта; разучивают и выполняют упражнения полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Развивают скоростно-силовые качества во время бега на дистанцию и выполнения упражнений полосы препятствий; учатся выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных условиях	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
94	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Эстафета с преодолением полосы препятствий. Разучивание игры малой подвижности «Ровным кругом» <i>Комбинированный</i>	15.05 - 21.05		Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; бег 30 м на результат; выполняют эстафету с преодолением полосы препятствий; разучивают правила и играют в игру «Ровным кругом»	Учатся равномерно распределять свои силы во время бега с ускорением; развивают скоростно-силовые качества во время различного бега	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	

95	Повторение метания мал. мяча в цель и на дальность.. Разучивание игры «Море волнуется» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ; разбирают как правильно поставить руку при метании; выполняют метание малого мяча в цель и на дальность; бросают малый мяч в горизонтальную цель; разучивают правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся правильной постановке руки при метании мяча в цель и на дальность; грамотно использовать технику метания мяча; развивают координационные способности, глазомер и точность при выполнении броска в цель	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
96	Развитие выносливости. Контроль за развитием двигательных качеств: метание мал. мяча на дальность. Разучивание игры «Вороны и воробьи» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу с заданиями, бег до 3-х мин; ОРУ; повторяют как правильно поставить руку при метании; выполняют метание малого мяча на дальность на результат; разучивают правила и играют в игру «Вороны и воробьи»	Развивают выносливость и учатся правильно дышать и распределять силы по дистанции выполняя непрерывный бег до 3-х мин; учатся грамотно использовать технику метания мяча выполняя метания на дальность			Контроль двигательных качеств (метание на дальность)	
97	Развитие выносливости и быстроты в круговой тренировке Повторение техники челночного бега. Игра «Вороны и воробьи» <i>Комбинированный</i>	22.05 - 26.05		Выполняют ходьбу и бег с заданиями круговой тренировки; ОРУ в движении; повторяют технику челночного бега и выполняют челночный бег 3*10 м, повторяют правила и играют в игру «Вороны и воробьи»	Учатся выполнять челночный бег; равномерно распределять свои силы во время бега; выполнять задания круговой тренировки для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и	Текущий	

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности 2 класс

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
№ уро-ка	Тема урока, <i>тип урока</i>	Дата проведения		Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты			Форма контроля, контрольные материалы	Учебный материал (№№ страниц, заданий, § и т.п.)
		план	факт		Предметные	Личностные	Метапредметные		
1 четверть (24 часа)									
Раздел программы №1. Легкая атлетика. Подвижные игры (24 часа)									
1	Правила поведения в спортивном зале и на площадке. Построение в шеренгу по росту. Игра «Займи свое место». Понятия «основная стойка», «равняйся» «смирно», «вольно». Игра «Салки-догонялки» <i>Изучение нового материала.</i>	1.09-7.09		Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на площадке, с содержанием и организацией уроков физ.культуры; учатся слушать и выполнять команды «Равняйся», «Смирно» «Вольно», построению в шеренгу по росту, бег в рассыпную и нахождение места в строю, выполнять комплекс утренней гимнастики; играть в игру «Салки-догонялки»	Соблюдают правила безопасного поведения на уроке, выполняют действия по образцу, выполняют построение в шеренгу по росту, выполняют комплекс утренней гимнастики	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу, развивают готовность к сотрудничеству	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей; формируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своих действий	Текущий	
2	Повторение строевых упражнений. Обучение понятию «высокий старт». Повторение техники челночного бега.Игра «Ловишка». <i>Комбинированный</i>			Строятся в шеренгу, колонну, выполняют комплекс утренней гимнастики, разучивают как принимается положение высокого старта и выполняют; повторяют технику челночного бега, правила и играют в игру «Ловишка»	Выполняют команды на построение и перестроение, учатся самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, технически правильно принимать положение высокого старта и выполнять челночный бег	Ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации; имеют желание учиться.	Самостоятельно выделяют и формулируют цели; используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий	
3	Совершенствование выполнения строевых упражнений. Обучение бегу с высокого старта на дистанцию 30м. Игра			Повторяют построение в шеренгу, колонну, выполняют беговую разминку, выполняют комплекс утренней гимнастики, выполняют бег с высокого старта на 30 м,	Выполняют организующие строевые команды и приемы, разминку, принимают положение высокого старта и учатся выполнять	Понимают значение физического развития для человека и принимают его, ориентируются на понимание причин успеха в учебной	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят необходимые коррективы в действия после его завер-	Текущий	

	«Салки с домом». Комбинированный			повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	бег на скорость. 30м с высокого старта	деятельности, осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	шения на основе оценки и учета сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
4	Развитие скорости и ориентации в пространстве. Совершенствование челночного бега. Контроль двигательных качеств: челночный бег 3*10м. Игра «Гуси-лебеди» Комбинированный	8.09-14.09		Выполняют задания в ходьбе для стопы и беге, выполняют комплекс упражнений с хлопками, повторяют «челночный бег» и выполняют бег 3* 10м на время, повторяют правила и играют в игру «Гуси-лебеди»	Корректируют технику челночного бега, как выполнять поворот в челночном беге; учатся технически правильно выполнять поворот в челночном беге, правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; выполнять челночный бег на скорость	Раскрывают внутреннюю позицию школьника, стремятся достичь хороших результатов в беге, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
5	Развитие внимания, мышления при выполнении расчета по порядку. Обучение прыжкам вверх и в длину с места. Игра «Удочка». Изучение нового материала.			Выполняют легкоатлетические упражнения, разучивают технику движения рук и ног в прыжках вверх и в длину с места, выполняют прыжки вверх и в длину с места повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять легкоатлетические упражнения: прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления; технике движения рук и ног в прыжках.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, оценивают правильность выполнения действия.	Текущий	
6	Совершенствование строевых упражнений. Объяснение понятия «физическая культура как система занятий физическими упражнениями». Совершенствование прыжков вверх и в длину с места. Игра «Жмурки». Комбинированный			Знакомятся какая польза от занятий физической культурой; выполняют строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали, повторяют прыжки вверх и в длину с места; повторяют правила и играют в игру «Жмурки»	Учатся характеризовать роль и значение физкультуры для укрепления здоровья, правильно выполнять строевые упражнения, выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	

7	Ознакомление с историей возникновения первых спортивных соревнований. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Игра «Жмурки». Комбинированный	15.09-21.09		Знакомятся когда появились первые спортивные соревнования; выполняют упражнения под заданный ритм и темп, повторяют прыжок в длину с места и выполняют прыжок на результат, играют в игру «Жмурки»	Учатся выполнять упражнения, добиваясь конечного результата; организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	
8	Развитие ловкости, внимания в метании мал. мяча на дальность. Разучивание игры «Кто дальше бросит». Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, ОРУ; повторяют как выполнять метание мал. мяча на дальность, выполняют метание, разучивают правила и играют в игру «Кто дальше бросит»	Учатся технически правильно выполнять метание мал. мяча на дальность, держать корпус, ноги и руки в метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок	Текущий	
9	Контроль двигательных качеств: метание на дальность. Развитие координации, ловкости, скоростных качеств в эстафете «За мячом противника» Комбинированный			Повторяют правила контроля двигательных качеств, повторяют метание мал. мяча на дальность, выполняют метание на результат, повторяют и проводят эстафету «За мячом противника»	Учатся технически правильно выполнять метание предмета; выполнять упражнения с соблюдением очередности и правил безопасности; соблюдать правила взаимодействия с игроками в команде		Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, планируют свои действия в соответствии с задачами и условиями ее реализации, оценивают правильность выполнения действия, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (метание)	

10	Обучение бегу с изменением частоты шагов. Повторение бега на выносливость. Игры «Два Мороза», «Запрещенное движение». Комбинированный	22.09-28.09		Знакомятся как увеличивать и уменьшать скорость бега; выполняют беговые задания, выполняют упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников, повторяют правила и играют в игры «Два Мороза» и «Запрещенное движение»	Развивают скоростно-силовые качества, координацию движений; учатся организовывать и проводить подвижные игры, выполнять игры разной функциональной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя и сверстников, формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
11	Ознакомление с основными способами развития выносливости. Развитие двигательных качеств в беге на выносливость. Контроль пульса. Игра «Воробышки-попрыгунчики» Комбинированный			Знакомятся как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях, выполняют медленный и быстрый бег, повторяют нахождение пульса и контролируют самочувствие по частоте пульса; повторяют правила и играют в игру «Воробышки-попрыгунчики»	Самостоятельно подбирают собственный, наиболее эффективный ритм и темп бега; учатся правильно распределять силы при длительном беге; оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают свои достижения, соотносят изученные понятия с примерами; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют вопросы, используют речь для регуляции своих действий	Контроль двигательных качеств (бег на выносливость)	
12	Развитие скоростных качеств в беге на различные дистанции. Контроль двигательных качеств: бег на 30 м с высокого старта. Русская народная игра «Горелки» Комбинированный			Выполняют разминочный бег в различном темпе, ОРУ; бег на скорость на различные дистанции; бег 30м с высокого старта на результат; повторяют правила и играют в игру «Горелки»	Учатся правильной технике бега, как правильно стартовать и финишировать; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время бега	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	
13	Объяснение правил поведения и ТБ в спортивном зале и во время упражнений со	29.09-5.10		Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на уроках с использованием спортивного инвентаря; выполняют	Учатся соблюдать правила безопасного поведения; совместным командным действиям во время	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной	Текущий	

	спортивным инвентарем. Развитие координационных способностей в общеразвивающих упражнениях. Игра «Охотник и зайцы». Комбинированный			задания в ходьбе и беге, комплекс упражнений в движении и на месте; повторяют правила и играют в игру «Охотник и зайцы»	игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками	умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	жизни; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
14	Обучение перестроению в две шеренги, в две колонны. Повторение подъем туловища из положения лежа на спине, подтягивание на низкой перекладине. Игра «Море волнуется» Комбинированный			Разучивают строевые упражнения: расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, повторяют как выполняется подъем туловища из положения лежа на спине, выполняют упражнение на пресс, повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся выполнять: построения, расчет и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения; правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
15	Совершенствование выполнения строевых упражнений. Обучение упражнениям в паре. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 1 мин. Развитие памяти и внимания в игре «Отгадай, чей голосок» Комбинированный			Выполняют расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения в парах, выполняют подъем туловища за 1 мин на результат; разучивают правила и играют в игру на внимание «Отгадай, чей голосок»	Учатся выполнять организующие строевые команды и приемы; правилам взаимодействия при выполнении упражнений в паре, контролировать развитие двигательных качеств, выполняя подъем туловища на скорость; выполнять упражнения добиваясь конечного результата.	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (подъем туловища)	
16	Обучение упражнениям с гимнас-	6.10-12.10		Выполняют упражнения с гимнастической пал-	Учатся соблюдать правила поведения и	Ориентируются на активное общение и	Самостоятельно выделяют и формулируют поз-	Контроль двигательных	

	тической палкой. Контроль двигательных качеств: подтягивание на низкой перекладине из виса лежа. Разучивание эстафет с гимнастической палкой. Комбинированный			кой, упражнения для стопы с гимнастической палкой; знакомятся как качества развиваются при подтягивании на перекладине и как выполняется подтягивание; выполняют подтягивание на результат; разучивают и выполняют эстафеты с гимнастической палкой	предупреждения травматизма во время занятий с предметами; развивают координационные способности, ловкость и внимание при выполнении упражнений с гимнастической палкой, выполняют упражнения для стопы с целью профилактики плоскостопия; развивают выносливость и силу рук.	взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	навательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; контролируют действия партнера	качеств (подтягивание из виса лежа)	
17	Повторение прыжков на одной и двух ногах разными способами. Обучение прыжку в длину с разбега на гимнаст. Игра «День и ночь» Комбинированный			Повторяют упражнения с гимнастической палкой, выполняют прыжки на одной и двух ногах разными способами, разучивают и выполняют прыжок в длину с разбега на гимнаст.мат, повторяют правила и играют в игру «День и ночь»	Контролируют способность прыгать на одной и двух ногах в разных условиях, учатся прыгать на одной ноге сохраняя равновесие, прыгать в длину с разбега, выполняют прыжки соблюдая правила безопасности для предупреждения травматизма	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
18	Разучивание ОРУ с обручем. Совершенствование прыжков из обруча в обруч, прыжка в длину с разбега. Разучивание отжимание от пола. Игра «Займи обруч» Комбинированный			Выполняют общеразвивающие упражнения с обручем, прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат в ряд и в «шахматном порядке»), повторяют прыжок в длину с разбега на гимнаст.мат и выполняют его на оценку; разучивают как правильно выполняется отжимание от пола и выпол-	Учатся выполнять упражнения с предметом, бережно обращаться с инвентарем, соблюдать требования ТБ; развивать прыгучесть при выполнении задания; ловкость, быстроту и реакцию при проведении игры; силу и выносливость при	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	

				няют; повторяют правила и играют в игру «Займи обруч»	отжимании			
19	Совершенствование ОРУ с обручем. Разучивание пролезание в обруч разными способами. Контроль двигательных качеств: отжимание от пола. Разучивание игровых действий эстафет с обручем. <i>Комбинированный</i>	13.10-19.10		Выполняют упражнения с обручем; разучивают способы пролезания в обруч: прямо и боком; разбирают как правильно выполняется пролезание и выполняют поточным методом; выполняют отжимание на результат; разучивают и выполняют эстафеты с обручем	Учатся технически правильно выполнять упражнения с обручем; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма; развивают быстроту, ловкость, внимательность при выполнении эстафет	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками		Контроль двигательных качеств (отжимание)
20	Разучивание упражнений на гимнастических скамейках. Обучение ползанию по гимнастической скамейке, приседанию. Игра «Удочка» <i>Изучение нового материала.</i>			Разучивают и выполняют упражнения на гимнастической скамейке, ползание по гимнастической скамейке разными способами: на коленях, на животе, приседания; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять упражнения используя гимнастические снаряды, регулировать физическую нагрузку во время занятий; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий
21	Совершенствование ОРУ на гимнастической скамейке. Совершенствование основных видов деятельности на полосе препятствий. Контроль двигательных качеств: приседание. Игра «Третий лишний» <i>Комбинированный</i>			Выполняют упражнения на гимнастической скамейке, разбирают какие основные виды деятельности используются на полосе препятствий, выполняют упражнения полосы препятствий: ползание по гимнастической скамейке, прыжок через препятствие, проползание под препятствием; выполняют	Развивают выносливость, ловкость и координацию при выполнении упражнений полосы препятствий; учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений при приседании на результат	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (приседание)

	й			приседание за 1 мин.					
22	Обучение парным упражнениям. Разучивание техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Игра «Чехарда» Изучение нового материала.	20.10-28.10		Разучивают и выполняют новые упражнения в парах. Выполняют упражнения в парах: «тачка», «сиамские близнецы», «три ноги», Разучивают технику прыжка в высоту и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Чехарда»	Учатся выполнять упражнения в парах и с помощью партнера, технически правильно выполнять прыжок в высоту; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений; развивают силу рук и ловкость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
23	Совершенствование прыжка в высоту. Разучивание игровых действий эстафет с мешочком с песком. Комбинированный			Выполняют общеразвивающие упражнения по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, повторяют прыжок в высоту с разбега и выполняют его на оценку; разучивают и выполняют эстафеты с мешочком с песком	Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку; закрепляют умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Контроль техники выполнения (прыжок в высоту)	
24	Развитие двигательных качеств: выносливости, ловкости, быстроты в эстафетах «Веселые старты» Комбинированный			Выполняют ОРУ по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, выполняют эстафеты с различными видами движений: с бегом, прыжками, пролезанием в обруч, ползанием	Закрепляют навыки выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала, соблюдая правила безопасности			Текущий	

Результаты 1 четверти: из 24 плановых часов проведено

2 четверть (24 часа)

Раздел программы №2 Гимнастика с элементами акробатики. Подвижные игры (24 часа)

25	Правила поведения	7.11-		Знакомятся с правилами	Знакомятся с ТБ на	Ориентируются на	Выделяют и формулируют	Текущий	
----	-------------------	-------	--	------------------------	--------------------	------------------	------------------------	---------	--

	ния в спортивном зале на уроках гимнастики. Повторение понятий : вис, упор. Обучение вису углом на гимнастической стенке и перекладине. Развитие внимания, памяти, координации движений в игре «Что изменилось» Комбинированный	13.11		поведения на уроках гимнастики, выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как выполняются висы и упоры ; разучивают и выполняют вис углом; разучивают правила и играют в игру «Что изменилось»	уроках гимнастики; учатся выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; правилам выполнения упражнений на гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении «виса»; правильному положению при выполнении виса углом	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	ют познавательные цели с помощью педагога; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
26	Развитие координационных способностей в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Повторение техники перекатов. Игра «Передача мяча в туннеле» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, знакомятся с простейшими элементами акробатики, выполняют перекаты в группировке, повторяют правила и играют в игру «Передача мяча в туннеле»	Знакомятся с акробатическими элементами, повторяют что такое группировка; корректируют технику выполнения перекатов; развивают координационные способности, учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
27	Повторение техники кувырка вперед. Развитие координационных, скоростно-силовых способностей в круговой тренировке. Игра «Мышеловка» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как правильно выполнить кувырок вперед, выполняют кувырок, выполняют задания в круговой тренировке, повторяют правила и играют в игру «Мышеловка»	Учатся координировать перемещение рук при выполнении кувырка вперед; регулировать физическую нагрузку; правильно выполнять задания круговой тренировки для закрепления учебного материала			Текущий	
28	Совершенствование техники упражнения	14.11-20.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на	Учатся выполнять упражнения акробатики со страховкой;	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упор-	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, контро-	Контроль техники выполнения	

	«стойка на лопатках»; кувырка вперед. Развитие ловкости и координации в игре «Посадка картофеля» Комбинированный			гимнастическом мате, повторяют технику «стойки на лопатках» и выполняют; повторяют кувырок вперед, выполняют кувырок вперед на оценку; разучивают правила и играют в игру «Посадка картофеля»	выполнять акробатические упражнения, добиваясь конечного результата	ство в достижении поставленных целей	лируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	(кувырок вперед)	
29	Развитие гибкости в упражнении «мост». Совершенствование «стойки на лопатках». выполнения упражнений акробатики в разных сочетаниях. Игра «Кот и мышь» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику выполнения упражнения «мост» и выполняют; повторяют кувырок вперед и «стойку на лопатках» соединяя элементы; выполняют «стойку на лопатках» на оценку; повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	Корректируют технику выполнения упражнения «мост»; развивают гибкость тела выполняя акробатические элементы, учатся соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; контролируют процесс и результат действия; используют речь для регуляции своего действия.	Контроль техники выполнения («стойка на лопатках»)	
30	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке различными способами. Контроль двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Кот и мышь» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, разучивают и выполняют ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	Учатся выполнять упражнения для развития гибкости, ловкости и координации; сохранять равновесие, выполняя ходьбу по гимнастической скамейке, организовывать и проводить подвижные игры	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	
31	Развитие координации движений, ловкости, внимания в лазание по наклонной гимнастической скамейке. Повторение	21.11-27.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке,	Учатся перемещаться по наклонной поверхности различными способами; характеризовать физические качества: силу, координ-	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование лич-	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия, формулируют собственное	Текущий	

	упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Игра на внимание «Запрещенное движение» Комбинированный			выполняют лазание разными способами, гимнастика; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Запрещенное движение»	нацию; выполнять игровые упражнения по команде учителя; организовывать и проводить подвижные игры	ностного смысла учения	мнение, используют речь для регуляции своего действия		
32	Развития равновесия в упражнениях «цапля», «ласточка». Совершенствование техники упражнения «мост». Разучивание игры «Прокати быстрее мяч» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка»; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; разучивают правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»	Учатся выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре; оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения («мост»)	
33	Объяснение значения физкультурных минут для укрепления здоровья, принципов их построения. Совершенствование упражнений «цапля», «ласточка», кувырка вперед. Игра «Волк во рву» Комбинированный			Знакомятся со значением физкультурных минут для здоровья и принципами их построения; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют упражнения «цапля» и «ласточка», кувырок вперед; соединяют упражнение в равновесии «ласточка» и кувырок вперед; повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Учатся принципам построения физкультурных минут; закрепляют навыки в упражнениях акробатики, развивают координацию, ловкость, внимание при выполнении заданий и игровых упражнений	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления, оценивают правильность выполнения действия, формулируют собственное мнение, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
34	Повторение строевых упражнений. Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед стоя и си-	28.11-4.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, выполняют задания на гибкость: выпады, на-	Учатся выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях; самостоятельно подбирать упражнения	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинирован-	Самостоятельно формулируют проблемы, используют установленные правила в контроле способа решения, договариваются о распреде-	Текущий	

	дя на полу, упражнениях «мост», «полушпагат». Развитие прыгучести в эстафете «Веровочка под ногами» Комбинированный			лоны вперед из разных положений, «мост», «полушпагат»; разучивают и выполняют эстафету	для развития гибкости; развивать прыгучесть посредством игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками	ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	лении функций и ролей в совместной деятельности		
35	Объяснение значения правил безопасности в подвижных играх. Совершенствование строевых упражнений. Развитие координации движений, ловкости, внимания в упражнениях акробатики. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			Знакомятся с правилами безопасности в играх; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, выполняют строевые упражнения на оценку; повторяют акробатические упражнения: «стойка на лопатках», «мост», «полушпагат»; повторяют правила и играют в игру «Хитрая лиса»	Учатся выполнять : строевые упражнения без ошибок; серию упражнений акробатики; отвечают какие действия в игре чаще всего приводят к травмам? Учатся соблюдать правила безопасного поведения в игре, контролировать свои действия и наблюдать за действиями других игроков.	Понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач, определяют и кратко характеризуют значение игр в развитии ребенка; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
36	Объяснение значения закаливания для укрепления здоровья и способы закаливания. Обучение правилам страховки. Совершенствование переката назад в группировке и кувырка назад. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения : наклон вперед сидя на полу, «мост» и «полушпагат», выполняют перекат назад в группировке и разучивают технику выполнения кувырка назад, выполняют кувырок назад, играют в игру «Хитрая лиса»	Учатся самостоятельно подбирать методы и приемы закаливания; выполнять упражнения со страховкой партнера; развивают координацию и ловкость при выполнении кувырка назад	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
37	Развитие равновесия и координации движений в упражнениях на узкой рейке гимнастической скамейки; закрепле-	5.12-11.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической ска-	Учатся технически грамотно выполнять упражнения в равновесии; находить отличительные особенности в выполнении кувырка раз-	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и			

	ние техники кувырка назад. Игра «Кот и мышь» Комбинированный			мейки разными способами; повторяют кувырок назад; повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	ными учениками, замечать ошибки и их исправлять	упорство в достижении поставленных целей			
38	Совершенствование упражнений на узкой рейке гимнастической скамейки; кувырка назад. Игра «Ноги на весу» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической скамейки разными способами; повторяют кувырок назад и выполняют его на оценку; разучивают правила и играют в игру «Ноги на весу»	Учатся технически грамотно выполнять упражнения в равновесии; находить отличительные особенности в выполнении кувырка разными учениками, замечать ошибки и их исправлять; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (кувырок назад)	
39	Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гимнастической стенке. Разучивание упражнений для формирования правильной осанки. Игра «Жмурки» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют способы лазанья и перелезания по гимнастической стенке, упражнения на формирование правильной осанки, выполняют лазанье и перелезание, упражнения для осанки, повторяют правила и играют в игру «Жмурки»	Закрепляют навыки выполнения упражнений на гимнастической стенке, контролировать осанку; учатся распределять силы во время лазанья и перелезания; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицируют себя с позицией школьника	Ставят и формулируют проблемы, ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, обращаются за помощью, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
40	Совершенствование навыков перемещения по гимнастической стенке. Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад. Игра «Волк во рву»	12.12-18.12		Выполняют ходьбу и бег, упражнения сидя на мате, выполняют лазанье и перелезания по гимнастической стенке разными способами; повторяют технику и выполняют кувырки вперед и назад, повторяют правила и играют в	Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и преду-	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	

	Повторение пройденного материала			игру «Волк во рву»	преждедения травматизма				
41	Разучивание упражнений разминки с обручами. Совершенствование навыков вращения обруча. Развитие ловкости в ползание «по-пластунски». Игра «Бездомный заяц» Комбинированный			Разучивают и выполняют: упражнения с обручем, повторяют вращение обруча на разных частях тела, ползание «по-пластунски»; повторяют правила и играют в игру «Бездомный заяц»	Закрепляют технику вращения обруча, повторяют прикладные упражнения гимнастики ползание «по-пластунски» и его применение в военной деятельности, учатся взаимодействовать со сверстниками при проведении игры	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
42	Совершенствование навыков перелезания через препятствие и ползания «по-пластунски». Повторение кувырка в сторону. Игра «Бездомный заяц» Комбинированный			Повторяют упражнения разминки с обручем, повторяют как правильно выполняется перелезание через препятствие и выполняют, повторяют ползание «по-пластунски» и выполняют ползание и перелезание на оценку; повторяют кувырок в сторону, правила и играют в игру «Бездомный заяц»	Развивают ловкость и смелость выполнения лазанье по гимнастической стенке, ловкость и координацию движений при перелезании через препятствие, учатся соблюдать правила игры, соблюдать правила безопасности выполнения лазанье и перелезание через гимнастические снаряды	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (ползание «по-пластунски» и перелезание через препятствие)	
43	Совершенствование упражнений гимнастики: «лодочка», «корзиночка», «кольцо»; кувырок в сторону. Развитие выносливости в упражнениях полосы препятствий. Игра «Салки-выручалки»	19.12-25.12		Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют упражнения «лодочка», «корзиночка», «кольцо»; кувырок в сторону на оценку; упражнения полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Салки-выручалки»	Развивают двигательные качества: быстроту, выносливость во время преодоления полосы препятствий, учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений гимнастики; развивают гибкость спины	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия	Контроль техники выполнения (кувырок в сторону)	

	Комбинированный								
44	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством серии акробатических упражнений. Разучивание гимнастической комбинации. Игра «Салки с домом» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полупагат», соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	Закрепляют навык самостоятельного выполнения серии упражнений акробатики; учатся технически правильно выполнять гимнастическую комбинацию на среднем уровне; в доступной форме объяснять технику выполнения комбинации, находить ошибки и их исправлять	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
45	Развитие двигательных качеств посредством акробатических упражнений. Закрепление гимнастической комбинации. Игра «Салки с домом» Комбинированный								
46	Совершенствование безопасного выполнения акробатических упражнений. Развитие ловкости и координации при выполнении гимнастической комбинации. Игра «Салки с мячом» Комбинированный	26.12-30.12		Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют гимнастическую комбинацию и выполняют ее на оценку; играют в игру «Салки с мячом»	Учатся выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений			Контроль техники выполнения (гимнастическая комбинация)	
47	Совершенствование разученных ранее ОРУ с предметом. Объяснение и разучивание			Выполняют ОРУ с веревочкой; разучивают и выполняют эстафеты с предметами и различными видами движений; играют в игру с веревочкой «Ловишки с	Учатся проводить разминку предметом; закрепляют умения и навыки правильного выполнения основных видов движений;	Оrientируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность; трудолюбие и	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают замечания	Текущий	

	игровых действий эстафет с предметами. Игра «Ловишки с хвостиком» <i>Комбинированный</i>			хвостиком»	выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	упорство в достижении поставленных целей	учителя; формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии			
48	Разучивание эстафет с акробатическими и прикладными гимнастическими упражнениями. Развитие координационных способностей в эстафетах. Игра «Салки-ноги от земли» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег, ОРУ, разучивают и выполняют эстафеты с кувырком вперед, «мостиком», ползанием «попластунски», лазанием по гимнастической стенке, перелезанием через препятствие; повторяют правила и играют в игру «Салки-ноги от земли»	Учатся выполнять командные действия в эстафете, совершенствовать акробатические и прикладные гимнастические упражнения; взаимодействовать со сверстниками при проведении соревнований				Текущий	
Результаты 2 четверти: из 48 плановых часа проведено										
3 четверть (30 часов)										
Раздел программы №3 Лыжная подготовка. Подвижные игры(16 часов)										
49	Объяснение правил безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Ходьба на лыжах. Разучивание игры «По местам» <i>Изучение нового материала</i>	12.01-18.01		Повторяют правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки: подготовка лыж, переноска до лыж, поведение на лыжне; организованно выходят с лыжами из помещения, учатся правильно укладывать лыжи на снег и их пристегивать; выполняют движения на лыжах по кругу; разучивают правила и играют в игру «По местам»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на лыжах; выполнять команды с лыжами в руках, в переноске лыж, надевании лыж; технически правильно выполнять движение на лыжах.	Оrientируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия	Текущий		
50	Объяснение зна-			Беседуют о значении	Планируют лыжные	Проявляют дисцип-	Определяют и кратко	Текущий		

	чения занятий на лыжах для укрепления здоровья. Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами. Разучивание игры «Перестрелка» Комбинированный			занятий лыжами для здоровья; получают лыжи и организованно выходят на лыжную стрелку с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение ступающим и скользящим шагами по лыжне; разучивают правила и играют в игру «Перестрелка»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	прогулки в режиме дня для укрепления здоровья; совершенствуют технику ступающего и скользящего шага без палок.	линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями включая лыжную подготовку; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
51	Развитие координационных, скоростных и силовых способностей во время прохождения дистанции на лыжах. Совершенствование поворотов на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж. Комбинированный			Получают лыжи и организованно выходят на лыжную стрелку с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику поворота переступанием на месте вокруг носков и пяток лыж и выполняют поворот на месте; двигаются ступающим и скользящим шагом по лыжне; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Закрепляют поворот переступанием на месте, выполняют повороты вправо и влево; учатся как выполнять обгон на дистанции; передвигаться на лыжах соблюдая правила безопасности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

52	Совершенствование умения передвигаться скользящим шагом по дистанции до 1000м. Разучивание игры «Охотники и олени» Комбинированный	19.01-25.01		Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику скользящего шага и выполняют движение скользящим шагом по дистанции до 1000м; разучивают правила и играют в игру «Охотники и олени»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся передвигаться свободным скользящим шагом; развивают выносливость, закрепляют умение распределять силы на дистанции	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
53	Обучение подъему на лыжах различными способами, спуску в основной стойке и торможению палками. Совершенствование скользящего шага. Комбинированный			Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают способы и технику подъема на возвышение: «лесенкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке, выполняют подъем и спуск; выполняют движение скользящим шагом по дистанции; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять подъем изученными способами, спуск в основной стойке; развивают координационные способности при спуске; учатся скользить на лыжах	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
54	Совершенствование навыка подъема на небольшое возвышение и спуска в основной стойке. Игр «Кто дольше прокатится на лыжах». Развитие скоростно-силовых способностей при			Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику подъема «лесенкой» и «елочкой», спуска в основной стойке, выполняют подъем и спуск в	Учатся технически правильно выполнять подъем и спуск на лыжах; корректировать технику движения на лыжах; двигаться скользящим шагом со средней скоростью.			Текущий	

	движении сколь- зящим шагом. Комбинированный			игре «Кто дольше прокатится на лыжах»; выполняют движение по лыжне скользящим шагом; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу					
55	Освоение техники лыжных ходов. Обучение попере- менному двух- шажному ходу без палок и с палками. Изучение нового материала	26.01- 1.02		Получают лыжи и орга- низованно выходят на лыжную строятся в шере- нгу с лыжами, уклады- вают их на снег (правая, левая), пристегивают; знакомятся какие бы- вают лыжные ходы, ра- зучивают технику попере- менного двухшажного хода и выполняют дви- жение по лыжне разу- ченным ходом; отсте- гивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся технически правильно выпол- нять попеременный двухшажный ход; развивать ловкость, скорость и выносли- вость при беге на лыжах; держать интервал при перед- вижении на лыжах	Понимают значение знаний и умений для человека; стремятся хорошо учиться; раскрывают внут- реннюю позицию школьника; про- являют дисциплини- рованность, трудо- любие и упорство в достижении постав- ленных целей	Самостоятельно выде- ляют и формулируют цели и способы их осуществления; при- нимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимая инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют ито- говый и пошаговый контроль; договарива- ются и приходят к обще- му решению в совмест- ной деятельности, ори- ентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
56	Совершенствова- ние навыков передвижения попеременным двухшажным ходом Повторение пройденного материала			Получают лыжи и орга- низованно выходят на лыжную строятся в шере- нгу с лыжами, уклады- вают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику попеременного двух- шажного хода и выпол- няют; его на лыжне; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу				Текущий	

57	Обучение поворотам приставными шагами. Совершенствование подъема и спуска в основной стойке, торможения падением. Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают поворот приставным шагом на месте и в движении, торможение падением, выполняют; повторяют подъем и спуск с возвышения применяя торможение падением; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять повороты на лыжах изученными способами; применять торможение падением на горке и на дистанции; избегать столкновения при спуске с горки	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
58	Совершенствование поворотов на месте и в движении переступанием и приставным шагом. Обучение падению на бок на месте и в движении под уклон. Игра «День и ночь» Комбинированный	2.02-8.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают падение на бок на месте и в движении; повторяют поворот приставным шагом и переступанием на месте и в движении, выполняют; повторяют подъем и спуск с возвышения применяя падение на бок; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами; применять падение на бок на дистанции и в движении под уклон			Текущий	
59	Совершенствование умения передвижения попеременным двухшажным ходом по дистанции до 1000 м. Игра «Охотники и олени» Повторение пройденного			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику попеременного двухшажного хода и выполняют передвижение по дистанции до 1000м.;	Учатся координировать работу рук и ног при передвижении попеременным двухшажным ходом; распределять силы на больших дистанциях	Ориентируются на развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; до-	Текущий	

	<i>материала</i>			играют в игру «Охотники и олени»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу			говариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов		
60	Разучивание торможение лыжами «плугом». Развитие выносливости в движении на лыжах по дистанции до 1500м. в медленном темпе Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают торможение лыжами «плугом»; выполняют передвижение по дистанции до 1500м. в медленном темпе, применяя торможение «плугом»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять торможение «плугом» в движении по дистанции; развивают выносливость в передвижении на лыжах на большое расстояние	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми			
61	Повторение передвижение на лыжах «змейкой»; подъема ступающим шагом. Прохождение дистанции до 1500м. Комбинированный	9.02-15.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют и выполняют движение на лыжах «змейкой»; подъем в горку ступающим шагом прямо и косо; передвижение по дистанции до 1500м. в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся координировать движения при передвижении на лыжах «змейкой»; передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
62	Совершенствование попеременного двухшажного хода, поворотов, подъемов, спусков, торможение. Прохождение дистанции до 1500м. в среднем			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 1500м. в среднем темпе,	Учатся передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость и скоростно-силовые качества.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		Текущий	

	темпе <i>Повторение пройденного материала</i>			применяя ранее изученные хода, повороты, подъемы, спуск, торможение; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу					
63	Развитие скоростно-силовых качеств во время прохождения на лыжах 1000м в быстром темпе без учета времени <i>Повторение пройденного материала</i>			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне дистанцию 1000м в быстром темпе без учета времени; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах в быстром темпе; выполнять разученные упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прохождение на лыжах дистанции 1000м без учета времени)	
64	Развитие внимания, двигательных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж. Разучивание игры «На буксире» Комбинированный	16.02-22.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне в разминочном темпе; играют на лыжах в игру «На буксире» и другие игры на лыжах и без лыж; возвращаются в школу	Закрепляют навыки лыжной подготовки; учатся организовывать и проводить игры со сверстниками; оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно объяснять ошибки и способы их устранения	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, находят с ними общий язык и общие интересы		Текущий	
Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (14 часов)									
65	Ознакомление с правилами безопасности при разучивании элементов спортивных игр. Разучивание ОРУ с большим мячом. Повторение броска и ловли мяча. Игра «Вышибалы»			Знакомятся с правилами поведения на уроках при обучении элементов спортивных игр; выполняют упражнения с большим мячом; повторяют броски и ловлю мяча разными способами; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»	Повторяют правила ТБ с мячом; учатся выполнять броски и ловлю большого мяча разными способами; развивают выносливость, быстроту при проведении игры	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Текущий	

	Комбинированный						принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия		
66	Совершенствование упражнений с большим мячом. Обучение передачам и ловле мяча в парах. Игра «Охотники и утки» Комбинированный			Выполняют упражнения с большим мячом; разучивают способы передачи мяча в парах : снизу, сверху, от груди, от плеча, сбоку; выполняют передачи и ловлю мяча в парах; повторяют правила и играют в игру «Охотник и утки»	Учатся взаимодействовать с партнером во время броска и правильной ловли мяча; выполнять передачи разными способами; организовывать и проводить игры, соблюдая правила	Оказывают посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебной задачи, объясняют ошибки и способы их устранения		Текущий	
67	Разучивание упражнений с мал. мячами. Обучение различным способам бросков и ловли мал. мяча. Разучивание игры «Мяч соседу» Изучение нового материала	24.02-2.03		Выполняют ОРУ с мал. мячом; разучивают способы бросков и ловлю малого мяча, выполняют одной и двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол ; разучивают правила и играют в игру «Мяч соседу»	Знакомятся как правильно выполнять броски и ловлю малого мяча; учатся выполнять упражнения с мал.мячами; правильной технике броска и ловли малого мяча одной и двумя руками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают	Текущий	
68	Закрепление упражнений с мал. мячом. Совершенствование навыков бросков и ловли мал. мяча. Разучивание бросков мяча одной рукой в цель. Разучивание игры «Мяч среднему» Комбинированный			Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют броски и ловлю малого мяча разными способами одной и двумя руками; разучивают и выполняют броски одной рукой в цель; разучивают правила и играют в игру «Мяч среднему»	Учатся технически правильно бросать и ловить мал.мяч одной и двумя руками; бросать мяч одной рукой и попадать в цель; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
69	Обучение упражнениям с большим мячом у стены. Повторение ведение мяча на месте. Игра «Собачка» Комбинированный			Повторяют ОРУ с большим мячом; ведение мяча на месте; разучивают способы выполнения бросков в стену, выполняют броски и ловлю мяча в стену разными способами; повторяют правила и играют в игру «Собачка»	Развивают глазомер и контролируют силу броска при выполнении броска и ловли мяча в стену; учатся находить отличительные особенности в выполнении двигательных действий разными учениками	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения	Текущий	

							интересов		
70	Совершенствован ие ведение мяча на месте и в дви- жении по прямой. Игра «Мяч из круга» <i>Зачет</i>	3.03- 12.03		Выполняют ОРУ; повто- ряют технику ведения мяча на месте и в движе- нии, выполняют ведение на месте и в движении разными способами : двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; выпол- няют ведение на месте на оценку;повторяют правила и играют в игру «Мяч из круга»	Учатся выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимо- действие со сверст- никами; проявляют дисциплинированно стьтрудолюбие и упорство в достиже- нии поставленных целей	Используют общие прие- мы решения поставлен- ных задач; осуществляют поиск необходимой информации; планируют свои действия в соответ- ствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполне- ния действия; используют речь для регуляции своего действия	Контроль техники выполнения (ведение мяча на месте)	
71	Совершенствован ие ведение мяча в движении по прямой и «змей- кой». Игра «Ловиш-ки с мячом» <i>Зачет</i>			Выполняют ОРУ; повто- ряют ведение в движе- нии разными способами : двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; правым и левым боком вперед, спиной вперед, «змей- кой»; повторяют прави- ла и играют в игру «Ловишки с мячом»				Контроль техники выполнения (ведение мяча в движении)	
72	Совершенствова- ние техники брос- ков мяча в кольцо способами «сни- зу» и «сверху». Разучивание игры «Бросок мяча в колонне» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ОРУ; повто- ряют технику бросков мяча в кольцо способ- ами «снизу» и «сверху»; выполняют броски; разучивают правила и играют в игру «Бросок мяча в колонне»	Закрепляют навыки выполнения брос- ков мяча в кольцо разными способами; контролировать си- лу и высоту броска; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведе- ния игры	Проявляют дисцип- линированность, трудолюбие и упор- ство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при обще- нии со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделя- ют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
73	Совершенствова- ние бросков в кольцо разными способами; передач мяча в парах. Игра «Мяч по кругу» <i>Повторение пройденного материала</i>	13.03- 19.03		Выполняют ОРУ; повто- ряют технику бросков мяча в кольцо спосо- бами «снизу» и «свер- ху», выполняют броски одной и двумя руками; передачи мяча в парах разными способами; повторяют правила и играют в игру «Мяч по кругу»				Текущий	

74	Совершенствование баскетбольных упражнениях с мячом в парах. Игра «Гонка мячей в колонне» <i>Зачет</i>			Выполняют ОРУ; повторяют передачи мяча в парах на месте и выполняют на оценку; выполняют передачу мяча после ведения в паре; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей в колонне»	Учатся выполнять передачу мяча в парах на месте контролируя технику выполнения; развивают глазомер выполняя передачу после ведения	Понимают значение знаний и умений для человека, стремятся добиваться хороших результатов в учебе; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют, где применяются действия с мячами; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль техники выполнения (передачи мяча в парах)	
75	Совершенствование ведение мяча с передвижением приставными шагами, бросок в кольцо. Игра «Вышибалы» <i>Повторение пройденного материала</i>			Выполняют ОРУ; выполняют ведение мяча в движении приставным шагом прямо и боком (правым, левым); бросок в кольцо после ведения; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»	Развивают ловкость и координацию при выполнении ведения мяча в движении приставными шагами; учатся выполнять остановку прыжком	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются с партнером о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
76	Повторение бросков набивного мяча разными способами. Разучивание игры «Стоп» <i>Комбинированный</i>	20.03-24.03		Выполняют ОРУ без предмета; знакомятся с набивным мячом, какие бывают способы бросков набивного мяча, повторяют правильную технику броска набивного мяча из-за головы, выполняют броски в парах; разучивают правила и играют в игру «Стоп»	Учатся технически правильно выполнять бросок набивного мяча; взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом; развивают силу рук и глазомер при выполнении бросков набивного мяча	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывают посильную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии	Текущий	
77	Совершенствование бросков набивного мяча разными способами. Контроль за развитием двигательных			Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски набивного мяча разными способами: снизу, от груди, от плеча, из-за головы, выполняют броски в	Учатся контролировать силу и точность броска; находить отличительные особенности в выполнении бросков разными учениками;	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		Контроль за развитием двигательных качеств(броски набивного мяча).	

	качеств: броски набивного мяча из-за головы. Игра «Горячая картошка» <i>Комбинированный</i>			парах; выполняют броски из-за головы на оценку ; повторяют правила и играют в игру «Горячая картошка»	контролировать технику своего выполнения и другими учениками				
78	Совершенствование разученных ранее ОРУ.Объяснение и разучивание игровых действий эстафет с мячом «Веселые старты» <i>Комбинированный</i>			Выполняют сами ранее разученные общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с мячом	Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку; использовать полученные навыки в процессе обучения; закрепляют умения и навыки правильного выполнения заданий с мячом; выполняют командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

Результаты 3 четверти: из 78 плановых часов проведено

4 четверть (24 часа)

Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (9 часов)

79	Повторение ТБ с мячом.Обучение передаче волейбольного мяча в парах, броскам и ловле мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч» <i>Изучение нового материала</i>	3.04-9.04		Повторяют правила поведения на уроках с мячом; выполняют общеразвивающие упражнения с бол. мячом; знакомятся какие бывают игры с мячом через сетку; разучивают передачи волейбольного мяча в парах и правильную технику бросков и ловли мяча через сетку; играют в игру «Перекинь мяч»	Учатся выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя руками над головой в парах и через сетку; развивают силу и высоту броска; учатся играть соблюдая правила игры и контролировать свои действия и действия соперника	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
80	Обучение броскам мяча через сетку двумя руками от плеча, сверху из-за головы, снизу. Разучивание игры			Повторяют ОРУ с бол. мячом; повторяют как правильно выполнять бросок через сетку разными способами: снизу, сверху из-за головы, от плеча, выполняют	Учатся выполнять броски мяча через сетку разными способами ; правильно ставить руки при бросках и ловле мяча; развивают	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию	Текущий	

	«Выстрел в небо» <i>Изучение нового материала</i>			броски и ловлю мяча через сетку разными способами; разучивают правила и играют в игру «Выстрел в небо»	силу и высоту броска; играют соблюдая правила и контролируя свои действия и действия соперника		педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии		
81	Обучение подаче мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Разучивание игры «Пионербол» <i>Изучение нового материала</i>			Выполняют ОРУ без предмета; разучивают и выполняют подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча; разучивают правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся подавать мяч через сетку двумя и одной рукой; перемещать по площадке по команде «переход»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
82	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол» Комбинированный	10.04-16.04		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски ловлю мяча через сетку разными способами; выполняют броски и ловлю высоко летящего мяча; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся ловить высоко летящий мяч; взаимодействовать с игроками в команде; оценивать и контролировать игровую ситуацию	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
83	Совершенствование подачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Игра «Пионербол» <i>Повторение пройденного материала</i>			Выполняют ОРУ с хлопками; повторяют подачи, передачи, броски разными способами и ловлю мяча через сетку; выполняют на оценку броски и ловлю мяча через сетку; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Закрепляют навык выполнения подачи, передачи, броска и ловли мяча; учатся грамотно использовать технику броска и ловли мяча во время игры; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (броски и ловля мяча через сетку)	

84	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии. Контроль за развитием двигательных качеств: приседание. Разучивание игры «Гонка мячей» Комбинированный			Выполняют ОРУ; знакомятся с ТБ при обучении элементам игры в футбол; разучивают технику мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии; выполняют приседание за 1 мин на результат; разучивают правила и играют в игру «Гонка мячей»	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма при изучении элементов игры в футбол; навыкам ведения мяча ногами; развивают силу ног	Понимают значение физического развития для человека; имеют желание учиться	Выделяют и формулируют цели и способы их осуществления с помощью учителя; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль за развитием двигательных качеств (приседание).	
85	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью стопы по дуге с остановками по сигналу и между стойками с обводкой. Разучивание игры «Слалом с мячом» Изучение нового материала	17.04-23.04		Выполняют ОРУ; повторяют технику ведение мяча внутренней и внешней частью стопы и выполняют ведение по дуге с остановкой по сигналу и «змейкой» с обводкой стоек; разучивают правила и играют в игру «Слалом с мячом»	Учатся выполнять ведение мяча ногами различными способами; контролировать мяч; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
86	Обучение умению останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы. Игра вратаря. Разучивание игры «Футбольный бильярд» Изучение нового материала			Выполняют ОРУ; разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы; знакомятся с игрой вратаря, выполняют пенальти в ворота; разучивают правила и играют в игру «Футбольный бильярд»	Учатся технике ведения и остановки мяча; знакомятся с игрой вратаря, что такое пенальти и за что его назначают; взаимодействовать с партнером в игре в футбол	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
87	Обучение передаче и приему мяча ногами в паре на месте и с продвижением. Разучивание игры в ми-			Выполняют ОРУ; разучивают и выполняют передачи и прием мяча ногами в паре на месте и с продвижением вперед; разучивают правила и	Учатся технике передачи и приему мяча в паре; технически правильно выполнять элементы игры в футбол;	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его	Текущий	

	ни футбол по упрощенным правилам. <i>Изучение нового материала</i>			играют в мини футбол по упрощенным правилам	распределять роли игроков в команде		оценки и учета характера сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
Раздел программы №5. Легкая атлетика. Подвижные игры (15 часов)									
88	Повторение ТБ по легкой атлетике. Повторение прыжка в длину с места. Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на низкой перекладине из виса лежа. Игра «Пустое место» <i>Комбинированный</i>	24.04-30.04		Повторяют ТБ на уроках легкой атлетики; выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с места, выполняют прыжок; повторяют подтягивание на низкой перекладине из положения виса лежа и выполняют на оценку; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»	Совершенствуют навык технически правильно выполнять прыжок в длину с места; в доступной форме объясняют технику прыжка в длину с места, анализировать и находить ошибки при выполнении, их исправлять; развивают силу рук и выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (подтягивание на низкой перекладине)	
89	Развитие прыгучести в прыжках в длину с места и с разбега. Игра «Пустое место» <i>Комбинированный</i>			Выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют прыжок на гимнастический мат; повторяют прыжок в длину с места; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»	Учатся технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления; прыжок в длину с места; взаимодействовать со сверстниками во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
90	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Обучение прыжкам через низкие барьеры. Развитие прыгучести в эстафете «Кто дальше			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ с круговыми движениями; выполняют прыжок в длину с места на результат; разучивают технику прыжков через низкие барьеры и выполняют прыжки через низкие барьеры во время бега;	Учатся выполнять прыжки через низкие барьеры во время бега; развивают силу, ловкость, прыгучесть и координацию во время выполнения прыжков разными способами	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	

	прыгнет» Комбинированный			выполняют эстафету			партнера в общении и взаимодействии		
91	Строевые упражнения. Контроль пульса. Развитие координации в упражнениях с гимнастическими палками. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Игры-эстафеты с гимнастическими палками. Комбинированный	1.05-7.05		Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; находят и подсчитывают пульс; выполняют общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками; повторяют прыжок в длину с разбега на гимнастический мат и выполняют его на оценку; выполняют эстафеты с гимнастическими палками	Повторяют строевые упражнения; учатся находить и подсчитывать пульс до и после нагрузки; развивают координацию при выполнении упражнений с гимнастическими палками, соблюдая правила безопасности; контролируют технику выполнения прыжка, замечают и исправляют ошибки	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (прыжок в длину с разбега)	
92	Совершенствование строевых упражнений; навыков отжимания от пола. Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Космонавты» Комбинированный			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; выполняют ОРУ с гимнастическими палками; контролируют пульс; повторяют как правильно выполняется отжимание от пола и выполняют его; выполняют упражнения на гибкость и сдают на оценку наклон вперед из положения стоя; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	Учатся характеризовать физическую нагрузку по показателям частоты пульса, регулировать ее во время занятия; развивают силу рук выполняя отжимание от пола, гибкость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; ; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (гибкость)	
93	Совершенствование навыков выполнения упражнения на пресс: поднятие туловища из положения лежа на спине. Контроль за развитием двигательных качеств: отжимание от			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ; повторяют упражнение на пресс: поднятие туловища из положения лежа на спине; выполняют отжимание от пола на результат; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	Закрепляют отжимание от пола; развивают мышцы пресса, закрепляют навык поднятия туловища из положения лежа на спине; соблюдают правила взаимодействия с игроками при проведении игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на	Контроль двигательных качеств (отжимание)	

	пола. Игра «Космонавты» Комбинированный						позицию партнера в общении и взаимодействии		
94	Совершенствование бросков мал. мяча в цель. Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. Игра «Мы веселые ребята» Комбинированный	8.05-14.05		Выполняют ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ с мал. мячом; повторяют броски малого мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); выполняют поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. на результат; повторяют правила и играют в игру «Мы веселые ребята»	Учатся поднимать туловище из положения лежа на скорость, развивая скоростно-силовые качества; организовывать и проводить подвижные игры	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища за 1 мин)	
95	Разучивание упражнений со скакалкой. Обучение прыжкам со скакалкой. Разучивание прыжка в высоту способом «перешагивание». Игра на внимание «Угадай кто ушел» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; разучивают способы прыжков со скакалкой, выполняют прыжки; разучивают технику и выполняют прыжок в высоту способом «перешагивание»; повторяют правила и играют в игру на внимание «Угадай кто ушел»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой; соблюдать правила безопасности; приземлять смягчая прыжок; прыжок в высоту контролируя технику прыжка; развивают внимательность по средством игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
96	Совершенствование навыков прыжков со скакалкой один и в тройках; техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Игра малой подвижности «Кто сказал мяу» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют прыжки со скакалкой разными способами; повторяют как выполняются прыжки со скакалкой в тройках (двое вращают, третий прыгает), делятся на тройки и прыгают; выполняют прыжок в высоту на оценку за технику; повторяют правила и играют в игру «Кто сказал мяу»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой как один, так и в тройках, соблюдая правила безопасности; развивают прыгучесть и силу отталкивания в прыжках в высоту	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками		Контроль техники выполнения (прыжок в высоту)	

97	Совершенствование техники низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением. Бег на 30 м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный	15.05-21.05		Повторяют правила поведения во время урока на улице, одежда и обувь; выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ; повторяют технику низкого старта и выполняют бег с ускорением; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Учатся выполнять упражнения для развития скоростных качеств; грамотно использовать технику низкого старта и стартового ускорения	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
98	Разучивание упражнений полосы препятствий. Совершенствование техники челночного бега. Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; разучивают и выполняют упражнения полосы препятствий; повторяют технику «челночного бега» и выполняют бег 3*10м.; выполняют бег на 30 м. на результат; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Развивают скоростно-силовые качества во время бега и выполнения упражнений полосы препятствий; учатся выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных условиях	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	
99	Развитие выносливости посредством бега, прыжков. Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3*10м.. Эстафета с преодолением полосы препятствий. Игра малой подвижности «Ровным кругом» Комбинированный			Выполняют бег на выносливость до 3-х мин.; ОРУ; челночный бег 3*10м на результат; выполняют эстафету с преодолением полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Ровным кругом»	Учатся равномерно распределять свои силы во время длительного бега; развивают скоростно-силовые качества во время различного бега и преодолевают препятствия	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
100	Совершенствование навыков бега на длительное время; метание мал.мяча на даль-	22.05-26.05		Выполняют бег до 5-ти мин; ОРУ; повторяют технику метания малого мяча; выполняют метание мал.мяча на даль-	Учатся правильной постановке руки при метании мяча на дальность; грамотно использовать тех-	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплини-	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия	Контроль двигательных качеств (метание на дальность)	

[illegible]

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности 3 класс

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
№ уро-ка	Тема урока, <i>тип урока</i>	Дата проведения		Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты			Форма контроля, контрольные материалы	Учебный материал (№№ страниц, заданий, § и т.п.)
		план	факт		Предметные	Личностные	Метапредметные		
1 четверть (24 часа)									
Раздел программы №1. Легкая атлетика. Подвижные игры (24 часа)									
1	ПравилаТБ на уроках физкультуры. Построение в шеренгу по росту. Игра «Займи свое место». Содержание комплекса утренней зарядки. Игра «Салки-догонялки» Комбинированный	1.09-7.09		Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на площадке, с содержанием и организацией комплекса утренней зарядки; учатся слушать и выполнять команды «Равняйсь», «Смирно» «Вольно», построению в шеренгу по росту, бег в рассыпную и нахождение места в строю, выполнять комплекс утренней гимнастики; играть в игру «Салки-догонялки»	Соблюдают правила безопасного поведения на уроке, выполняют действия по образцу, выполняют построение в шеренгу по росту, выполняют комплекс утренней гимнастики	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу, развивают готовность к сотрудничеству	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своих действий	Текущий	
2	Совершенствование строевых упражнений; прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном трехминутном беге.Игра «Ловишка». Комбинированный			Строятся в шеренгу, колонну, выполняют медленный непрерывный бег в течении 3-х мин., комплекс утренней гимнастики, повторяют технику прыжка в длину с места и выполняют его;повторяют правила и играют в игру «Ловишка»	Выполняют команды на построение и перестроение, учатся самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, технически правильно отталкиваться и приземляться; развивают выносливость в беге	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Выделяют и формулируют цели с помощью педагога; используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий	
3	Развитие координации движений и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Развитие скорости в беге с высокого			Повторяют построение в шеренгу, колонну, выполняют беговую разминку, выполняют комплекс утренней гимнастики, выполняют бег с высокого старта на 30 м.	Выполняют организующие строевые команды и приемы, разминку, разминаются применяя специальные беговые упражнения прини-	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят необходимые коррективы в действия после его завер-	Текущий	

	старта на 30м. Игра «Салки с домом». Комбинированный			повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	мают положение высокого старта и учатся выполнять бег на скорость. 30м с высокого старта		шения на основе оценки и учета сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
4	Совершенствование техники челночного бега. Контроль двигательных качеств: челночный бег 3*10м. Игра «Гуси-лебеди» Комбинированный	8.09-14.09		Выполняют задания в ходьбе для стопы и беге, выполняют комплекс упражнений с хлопками, повторяют «челночный бег» и выполняют его на время, повторяют правила и играют в игру «Гуси-лебеди»	Корректируют технику челночного бега, как выполнять поворот в челночном беге; учатся технически правильно выполнять поворот в челночном беге, правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; выполнять челночный бег на скорость	Раскрывают внутреннюю позицию школьника, стремятся достичь хороших результатов в беге, проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
5	Развитие силы и ловкости в прыжках вверх и в длину с места. Игра «Удочка». Комбинированный			Выполняют легкоатлетические упражнения, повторяют технику движения рук и ног в прыжках вверх и в длину с места, выполняют их; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять легкоатлетические упражнения: прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления; технике движения рук и ног в прыжках.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
6	Совершенствование строевых упражнений. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Игра «Жмурки». Комбинированный			Выполняют строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали, повторяют прыжок в длину с места и выполняют его на результат; повторяют правила и играют в игру «Жмурки»	Учатся правильно выполнять строевые упражнения, выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников; технически правильно выполнять прыжок в длину с места и контролировать результат своего прыжка	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	
7	Особенности раз-	15.09-		Знакомятся с развитием	Учатся выполнять	Ориентируются на	Самостоятельно выделя-	Текущий	

	вития физкультуры у разных народов. Развитие выносливости в медленном беге в течении 5 минут. Игра «Жмурки». Комбинированный	21.09		физкультуры у разных народов; выполняют упражнения под заданный ритм и темп, повторяют медленный, непрерывный бег до 5 минут; играют в игру «Жмурки»	упражнения, добиваясь конечного результата; организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками	доброжелательное взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	ют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
8	Развитие выносливости в медленном беге до 6 минут. Обучение метани мал.мяча на дальность с тех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели». Изучение нового материала			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, ОРУ; разучивают как выполнять метание мал.мяча на дальность с тех шагов разбега, выполняют метание; выполняют бег на выносливость ; разучивают правила и играют в игру «Метатели»	Учатся технически правильно выполнять метание мал.мяча на дальность, держать корпус, делать три шага в сочетании с замахом и броском; контролировать темп бега, дыхание на длинную дистанцию	Понимают значение знаний и умений для человека и принимают их; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок	Текущий	
	Контроль двигательных качеств: метание на дальность. Развитие координации, ловкости, скоростных качеств в эстафете «За мячом противника» Комбинированный			Повторяют правила контроля двигательных качеств, повторяют метание мал.мяча на дальность, выполняют метание на результат, повторяют и проводят эстафету «За мячом противника»	Учатся технически правильно выполнять метание предмета; выполнять упражнения с соблюдением очередности и правил безопасности; соблюдать правила взаимодействия с игроками в команде		Используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (метание)	
10	Объяснение взаимосвязи физических упражнений с	22.09-28.09		Знакомятся с взаимосвязью физических упражнений с трудовой дея-	Учатся равномерно распределять свои силы для заверше-	Оrientируются на доброжелательное общение и взаимо-	Оrientируются в разнообразии способов решения задач, соотносят изу-	Контроль двигательных качеств (бег на	

	тудовой деятельностью Развитие выносливости в медленном беге в течение 6 минут. Разучивание беговых упражнений в эстафете Комбинированный			тельностью; выполняют беговые задания с изменением частоты шагов. Знакомятся как распределять силы по дистанции, выполняют бег на выносливость на оценку, комплекс УГГ; разучивают и выполняют эстафеты с беговыми упражнениями	ния шестиминутного бега; оценивать величину нагрузки по частоте пульса; соблюдать правила взаимодействия с игроками	действие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	ченные понятия с примерами из реальной жизни, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	выносливость)	
11	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в беге на 30 м. Игра «Третий лишний» Комбинированный			Знакомятся как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях, выполняют медленный и быстрый бег, Комплекс УГГ; выполняют бег на скорость на 30м; повторяют правила и играют в игру «Третий лишний»	Развивают скорость, внимание, координацию при выполнении беговых упражнений со сменой темпа; учатся выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают свои достижения, соотносят изученные понятия с примерами; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют вопросы, используют речь для регуляции своих действий	Текущий	
12	Контроль двигательных качеств: бег на 30 м с высокого старта. Развитие двигательных качеств посредством игр. Игра «Волк во рву» Комбинированный			Выполняют разминочный бег в различном темпе, ОРУ; бег на скорость на различные дистанции; бег 30м с высокого старта на результат; повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Учатся правильной технике бега, как правильно стартовать и финишировать; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время бега; развивают беговые и прыжковые качества во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	
13	Объяснение правил поведения и ТБ в спортивном зале и во время упражнений со спортивным инвентарем. Развитие координации	29.09-5.10		Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на уроках с использованием спортивного инвентаря; выполняют задания в ходьбе и беге, комплекс упражнений в движении и на месте;	Учатся соблюдать правила безопасного поведения; совместным командным действиям во время игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями при общении со	Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении	Текущий	

	онных способностей в общеразвивающих упражнениях. Игра «Охотник и зайцы». Комбинированный			повторяют правила и играют в игру «Охотник и зайцы»		сверстниками и взрослыми	упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
14	Повторение построений в две шеренги, в две колонны. Повторение подъема туловища из положения лежа на спине, подтягивание на перекладине. Игра «Море волнуется» Комбинированный			Повторяют строевые упражнения: расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, повторяют как выполняется подъем туловища из положения лежа на спине и подтягивание на перекладине, выполняют их; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся выполнять: построения, расчет и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения; правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени, подтягивание на перекладине	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
15	Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям в паре. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 1 мин. Развитие памяти и внимания в игре «Отгадай, чей голосок» Комбинированный			Выполняют расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения в парах, выполняют подъем туловища за 1 мин на результат; разучивают правила и играют в игру на внимание «Отгадай, чей голосок»	Учатся выполнять организующие строевые команды и приемы; правилам взаимодействия при выполнении упражнений в паре, контролировать развитие двигательных качеств, выполняя подъем туловища на скорость; выполнять упражнения добиваясь конечного результата.	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (подъем туловища)	
16	Обучение упражнениям с гимнастической палкой. Контроль двига-	6.10-12.10		Выполняют упражнения с гимнастической палкой, упражнения для стопы с гимнастической	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во вре-	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, про-	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы ре-	Контроль двигательных качеств (подтягивание из	

	тельных качеств: подтягивание на перекладине . Эстафеты с гимнастической палкой. Комбинированный			палкой; знакомятся какие качества развиваются при подтягивании на перекладине; выполняют подтягивание на результат; выполняют эстафеты с гимнастической палкой	мя занятий с предметами; развивают координационные способности, ловкость и внимание при выполнении упражнений с гимнастической палкой, выполняют упражнения для стопы с целью профилактики плоскостопия; развивают выносливость и силу рук.	являют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	шения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; контролируют действия партнера	виса лежа)	
17	Обучение разбегу, отталкиванию и приземлению в прыжках в длину. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног в прыжке в длину с разбега. Игра «Ноги на весу» Комбинированный			Выполняют упражнения с гимнастической палкой и упражнения для стопы, разучивают технику прыжка в длину с разбега и выполняют его, повторяют правила и играют в игру «Ноги на весу»	Учатся технически правильно выполнять разбег, отталкивание и приземление в прыжке в длину с разбега способом «согнув ноги»; находят отличительные особенности в выполнении прыжков разными учениками		Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
18	Совершенствование прыжков на одной и двух ногах; прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» . Игра «День и ночь» Комбинированный			Повторяют упражнения с гимнастической палкой, выполняют прыжки на одной и двух ногах разными способами, повторяют технику и выполняют прыжок в длину с разбега на гимнастическом матах на оценку, повторяют правила и играют в игру «День и ночь»	Контролируют способность прыгать на одной и двух ногах в разных условиях, учатся прыгать на одной ноге сохраняя равновесие, прыгать в длину с разбега, выполняют прыжки соблюдая правила безопасности для предупреждения травматизма	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (прыжок в длину с разбега)	

19	Совершенствование прыжков из обруча в обруч, ОРУ с обручем; пролезание в обруч разными способами. Контроль двигательных качеств: отжимание от пола. Эстафеты с обручем. Комбинированный	13.10-19.10		Выполняют упражнения с обручем; повторяют способы пролезания в обруч: прямо и боком; как правильно выполняется пролезание и выполняют поточным методом; выполняют отжимание на результат; выполняют эстафеты с обручем	Учатся технически правильно выполнять упражнения с обручем; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма; развивают быстроту, ловкость, внимательность при выполнении эстафет	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (отжимание)	
20	Совершенствование прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Ловишки с хвостиком» Комбинированный			Выполняют комплекс ОРУ с веревочкой, прыжки на двух и одной ноге через веревочки положенные «лесенкой», повторяют технику прыжка в высоту с разбега и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с хвостиком»	Контролируют способность прыгать на двух ногах (ноги вместе) и одной ногое сохраняя равновесие, учатся технически правильно выполнять прыжок в высоту с разбега; играют соблюдая правила	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
21	Разучивание упражнений на гимнастических скамейках. Повторение ползанье по гимнастической скамейке, приседание. Контроль двигательных качеств: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Удочка» Комбинированный			Разучивают и выполняют упражнения на гимнастической скамейке, ползанье по гимнастической скамейке разными способами: на коленях, на животе, приседание; выполняют прыжок в высоту с разбега на результат; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять упражнения используя гимнастические снаряды, регулировать физическую нагрузку во время занятий; контролировать технику и результат выполнения прыжка в высоту; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (прыжок в высоту с разбега)	

22	Совершенствование основных видов деятельности на полосе препятствий. Контроль двигательных качеств: приседание. Игра «Вороны и воробы» Комбинированный	20.10-28.10		Выполняют упражнения на гимнастической скамейке, разбирают какие основные виды деятельности исполняются на полосе препятствий, выполняют упражнения полосы препятствий: ползание по гимнастической скамейке, прыжок через препятствие, проползание под препятствием; выполняют приседание за 1 мин.; играют в игру «Вороны и воробы»	Развивают выносливость, ловкость и координацию при выполнении упражнений; учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений при приседании на результат	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (приседание)	
23	Обучение парным упражнениям. Совершенствование метание мал. мяча в цель. Эстафеты с мешочком с песком. Комбинированный			Разучивают и выполняют новые упражнения в парах. Выполняют упражнения в парах: «тачка», «сиамские близнецы», «три ноги», «три ноги»; повторяют метание мал. мяча в цель; выполняют эстафеты с мешочком с песком с ходьбой, ползанием, прыжками, метанием	Учатся выполнять упражнения в парах и с помощью партнера, технически правильно выполнять метание в цель; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений; развивают силу рук и ловкость	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
24	Развитие двигательных качеств: выносливости, ловкости, быстроты в эстафетах «Веселые старты» Комбинированный			Выполняют ОРУ по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, выполняют эстафеты с различными видами движений: с бегом, прыжками, пролезанием в обруч, ползанием	Закрепляют навыки выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала, соблюдая правила безопасности			Текущий	
Результаты 1 четверти: из 24 плановых часов проведено									
2 четверть (24 часа)									
Раздел программы №2 Гимнастика с элементами акробатики. Подвижные игры (24 часа)									
25	Правила поведения в спортивном зале на уроках гимнастики. Пов-	7.11-13.11		Знакомятся с правилами поведения на уроках гимнастики, выполняют ходьбу и бег с задани-	Знакомятся с ТБ на уроках гимнастики; учатся выполнять упражнения для ук-	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз-	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью педагога; вносят необходимые кор-	Текущий	

	торение понятий : вис, упор. Развитие силы в упражнении вис углом на гимнастической стенке . Развитие внимания, памяти в игре «Что изменилось» Комбинированный			ями, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как выполняются висы и упоры ; повторяют и выполняют правила и играют в игру «Что изменилось»	репления мышц брюшного пресса; правилам выполнения упражнений на гимнастической стенке, выполнять «хваты» при выполнении «виса»; правильному положению при выполнении виса углом	витие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	рективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
26	Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Совершенствование техники перекатов. Разучивание игры «Увертывайся от мяча» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, знакомятся с простейшими элементами акробатики, выполняют перекаты в группировке, разучивают правила и играют в игру «Увертывайся от мяча»	Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры; учатся технически правильно выполнять перекаты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
27	Совершенствование кувырка вперед. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки. Игра «Мышеловка» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как правильно выполнить кувырок вперед, выполняют кувырок, выполняют задания в круговой тренировке, повторяют правила и играют в игру «Мышеловка»	Учатся координировать перемещение рук при выполнении кувырка вперед; регулировать физическую нагрузку; правильно выполнять задания круговой тренировки для закрепления учебного материала			Текущий	
28	Совершенствование упражнения «стойка на лопатках»; кувырка вперед. Игра «Посадка картофеля» Комбинированный	14.11-20.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику «стойки на лопатках» и выполняют; повторяют кувырок вперед, выпол-	Учатся технически правильно выполнять упражнения акробатики со страховкой; выполнять акробатические упражнения, добываясь конечного	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия;	Контроль техники выполнения (кувырок вперед)	

	й			няют кувырок вперед на оценку; разучивают правила и играют в игру «Посадка картофеля»	результата		договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.		
29	Совершенствование упражнения «мост»; «стойка на лопатках». Выполнение упражнений акробатики в разных сочетаниях. Игра «Кот и мышь» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику выполнения упражнения «мост» и выполняют; повторяют кувырок вперед и «стойку на лопатках» соединяя элементы; выполняют «стойку на лопатках» на оценку; повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	Корректируют технику выполнения упражнения «мост»; развивают гибкость тела выполняя акробатические элементы, учатся соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; контролируют процесс и результат действия; используют речь для регуляции своего действия.	Контроль техники выполнения («стойка на лопатках»)	
30	Развитие координации, ловкости при ходьбе по гимнастической скамейке различными способами. Контроль двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Кот и мышь» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, выполняют ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	Учатся выполнять упражнения для развития гибкости, ловкости и координации; сохранять равновесие, выполняя ходьбу по гимнастической скамейке, организовывать и проводить подвижные игры	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	
31	Совершенствование лазания по наклонной гимнастической скамейке с переходом на гимнастическую стенку; упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Игра на внимание «Класс» Комбинированный	21.11-27.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание различными способами, гимнастика упр.«мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру	Учатся перемещаться по наклонной поверхности различными способами с переходом на гимнастическую стенку; характеризовать физические качества: силу, координацию; выполнять игровые упражнения по команде учителя; организовывать и	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Текущий	

				на внимание «Класс»	проводить подвижные игры				
32	Совершенствование упражнений в равновесии: «цапля», «ласточка»; техники упражнения «мост». Игра «Прокати быстрее мяч» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»	Учатся выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре; оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения («мост»)	
33	Ознакомление с видами физических упражнений. Совершенствование упражнений «цапля», «ласточка», кувырка вперед. Игра «Волк во вру» Комбинированный			Знакомятся с видами физ.упражнений: подводящие, подготовительные, общеразвивающие, соревновательные; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют упражнения «цапля» и «ласточка», кувырок вперед; соединяют упражнение в равновесии «ласточка» и кувырок вперед; повторяют правила и играют в игру «Волк во вру»	Учатся делить упражнения на подводящие, подготовительные, общеразвивающие и применять их в учебной деятельности; закрепляют навыки в упражнениях акробатики, развивают координацию, ловкость, внимание при выполнении заданий и игровых упражнений	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления, оценивают правильность выполнения действия, формулируют собственное мнение, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
34	Повторение строевых упражнений. Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед стоя и сидя на полу, упражнениях «мост», «полушпагат». Развитие внимания, ловкости в эстафете	28.11-4.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, выполняют задания на гибкость: выпады, наклоны вперед из разных положений, «мост», «полушпагат»; разучивают и выполняют эстафету	Учатся выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях; самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; развивать внимание, ловкость посредством игры; соблюдать правила взаимодействия	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы, используют установленные правила в контроле способа решения, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	

	фете «Веревочка под ногами» Комбинированный				модействия с игроками				
35	Совершенствование строевых упражнений. Развитие координации движений, ловкости, внимания в упражнениях акробатики. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			Повторяют строевые упражнения: повороты направо,налево,кругом, перестроение в две шеренги и двен колонны и выполняют их на оценку; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате; повторяют акробатические упражнения: «стойка на лопатках», «мост», «полушпагат»; повторяют правила и играют в игру «Хитрая лиса»	Учатся выполнять : строевые упражнения без ошибок; серию упражнений акробатики;контролировать свои действия и наблюдать за действиями других	Понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач, определяют и кратко характеризуют значение игр в развитии ребенка; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль выполнения (строевые упражнения)	
36	Совершенствование переката назад в группировке и кувырка назад. Закрепление навыков выполнения нескольких упражнений акробатики подряд. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, повторяют и выполняют перекат назад в группировке, технику кувырка назад, выполняют кувырок назад, играют в игру «Хитрая лиса»	Развивают координацию и ловкость при выполнении кувырка назад; выполняют упражнения акробатики со страховкой друг друга, соединять упражнения акробатики	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач, принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
37	Развитие равновесия и координации движений в упражнениях на узкой рейке гимнастической скамейки. Совершенствование кувырка назад. Игра	5.12-11.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической скамейки разными способами; повторяют кувы-	Учатся технически грамотно выполнять упражнения в равновесии; находить отличительные особенности в выполнении кувырка разными учениками, замечать ошибки и	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установлен-	Контроль техники выполнения (кувырок назад)	

	«Ноги на весу» Комбинированный			рок назад и выполняют его на оценку; разучивают правила и играют в игру «Ноги на весу»	их исправлять; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками		ные правила в контроле способа решения; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
38	Повторение ходьбы по узкой рейке гим. скамейки с поворотами. Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гим. стенке. Игра «Жмурки» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют и выполняют способы лазанья и перелезания по гим. стенке; ходьбу с поворотами на узкой рейке гим. скамейки: на носках, на одной ноге, прыжком; повторяют правила и играют в игру «Жмурки»	Закрепляют навыки выполнения упражнений на гимнастической стенке, учатся правильно выполнять ходьбу с поворотами, распределять силы во время лазанья и перелезания	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицируют себя с позицией школьника	Ставят и формулируют проблемы, ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, обращаются за помощью, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
39	Совершенствование навыков перемещения по гимнастической стенке. Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад. Игра «Волк во рву» Повторение пройденного материала			Выполняют ходьбу и бег, упражнения сидя на мате, выполняют лазанье и перелезания по гимнастической стенке разными способами; повторяют технику и выполняют кувырки вперед и назад, повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и предупреждения травматизма	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
40	Разучивание упражнений разминки с обручами. Совершенствование навыков вращения обруча. Развитие ловкости в ползании «по-пластунски». Игра «Бездомный заяц»	12.12-18.12		Разучивают и выполняют: упражнения с обручем, повторяют вращения обруча на разных частях тела, ползание «по-пластунски»; повторяют правила и играют в игру «Бездомный заяц»	Закрепляют технику вращения обруча, повторяют прикладные упражнения гимнастики ползание «по-пластунски» и его применение в военной деятельности, учатся взаимодействовать со сверстниками при	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; обращаются за	Текущий	

	Комбинированный				проведении игры		помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
41	Совершенствование навыков перелезания через препятствие и ползания «по-пластунски». Повторение кувырка в сторону. Игра «Бездомный заяц» Комбинированный			Повторяют упражнения разминки с обручем, повторяют как правильно выполняется перелезание через препятствие и выполняют, повторяют ползание «по-пластунски» и выполняют ползание и перелезание на оценку; повторяют кувырок в сторону, правила и играют в игру «Бездомный заяц»	Развивают ловкость и смелость выполнения лазанье по гимнастической стенке, ловкость и координацию движений при перелезании через препятствие, учатся соблюдать правила игры, соблюдать правила безопасности выполнения лазанье и перелезание через гимнастические снаряды	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (ползание «по-пластунски» и перелезание через препятствие)	
42	Совершенствование упражнений гимнастики: «лодочка», «рыбка», «кольцо»; кувырок в сторону. Повторение упражнений на узкой рейке гимнастической скамейки: приседание, переход в упор присев, в упор стоя на колене. Игра «Салки-выручалки» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют упражнения «лодочка», «рыбка», «кольцо»; кувырок в сторону на оценку; упражнения на узкой рейке гимнастической скамейки; повторяют правила и играют в игру «Салки-выручалки»	Развивают ловкость, координацию при выполнении упражнений на узкой рейке гимнастической скамейки; учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений гимнастики; развивают гибкость спины	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия	Контроль техники выполнения (кувырок в сторону)	
43	Развитие гибкости в упражнениях «лодочка», «рыбка», «кольцо». Совершенствование упражнений на узкой рейке гимнастической скамейки. Игра «Салки-выручалки».	19.12-25.12						Текущий	

	Повторение пройденного материала								
44	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством серии акробатических упражнений. Разучивание гимнастической комбинации. Игра «Салки с домом» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат», соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	Закрепляют навык самостоятельного выполнения серии упражнений акробатики; учатся технически правильно выполнять гимнастическую комбинацию на среднем уровне; в доступной форме объяснять технику выполнения комбинации, находить ошибки и их исправлять	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
45	Развитие двигательных качеств посредством акробатических упражнений. Закрепление гимнастической комбинации Игра «Займи обруч» Повторение пройденного материала			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат», соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Займи обруч»				Текущий	
46	Совершенствование безопасного выполнения акробатических упражнений. Развитие ловкости и координации при выполнении гимнастической комбинации. Игра «Салки с мячом» Комбинированный	26.12 30.12		Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют гимнастическую комбинацию и выполняют ее на оценку; играют в игру «Салки с мячом»	Учатся выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений			Контроль техники выполнения (гимнастическая комбинация)	
47	Совершенствование			Выполняют ОРУ с веревочкой; разучивают	Учатся проводить разминку с предме-	Оrientируются на доброжелательное	Самостоятельно выделяют и формулируют	Текущий	

	разученных ранее ОРУ с предметом. Объяснение и разучивание игровых действий эстафет с предметами. Игра «Ловишки с хвостиком» <i>Комбинированный</i>			и выполняют эстафеты с предметами и различными видами движений; играют в игру с веревочкой «Ловишки с хвостиком»	том; закрепляют умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированно стью трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают замечания учителя; формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
48	Развитие ловкости, быстроты, гибкости, координации в эстафетах с акробатическими и прикладными гимнастическими упражнениями. Игра «Салки-ноги от земли» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег, ОРУ, повторяют и выполняют эстафеты с кувырком вперед, «мостиком», ползанием «попластунски», лазанием по гимнастической стенке, перелезанием через препятствие; повторяют правила и играют в игру «Салки-ноги от земли»	Учатся выполнять командные действия в эстафете, совершенствовать акробатические и прикладные гимнастические упражнения; взаимодействовать со сверстниками при проведении соревнований		Текущий	

Результаты 2 четверти: из 48 плановых часов проведено

3 четверть (30 часов)

Раздел программы №3 Лыжная подготовка. Подвижные игры.(16 часов)

49	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Подбор лыжного инвентаря. Правила переноски лыж и палок. Ходьба на лыжах. Игра «По местам» <i>Комбинированный</i>	12.01-18.01		Повторяют правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки: подготовка лыж, переноска до лыж, поведение на лыжне; подбирают по размеру ботинки, лыжи и палки; организованно выходят с лыжами из помещения, учатся правильно укладывать лыжи на снег и их пристегивать; выполняют движения на лыжах по кругу; играют	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на лыжах; выполнять команды с лыжами в руках, в переноске лыж, надевании лыж; технически правильно выполнять движение на лыжах.	Оrientируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
----	---	-------------	--	--	---	---	--	---------	--

				в игру «По местам»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу					
50	Совершенствование навыков ходьбы на лыжах ступающим и скользящим шагом. Игра «Перестрелка» <i>Комбинированный</i>			Получают лыжи и организовано выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по лыжне; повторяют правила и играют в игру «Перестрелка»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Совершенствуют технику ступающего и скользящего шага без палок.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
51	Совершенствование ступающего и скользящего шагов без палок; поворотов на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км <i>Комбинированный</i>			Получают лыжи и организовано выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику поворота переступанием на месте вокруг носков и пяток лыж и выполняют поворот на месте; двигаются ступающим и скользящим шагом по лыжне; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Закрепляют поворот переступанием на месте, выполняют повороты вправо и влево; учатся как выполнять обгон на дистанции; передвигаться на лыжах соблюдая правила безопасности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

52	Повторение подъемов на склон и спуск в низкой стойке без палок. Совершенствование навыков передвижения скользящим шагом по дистанции 1 км со средней скоростью. Комбинированный	19.01-25.01		Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют способы подъемов на склон: «лесенкой», «елочкой», спуск в низкой стойке; выполняют движение скользящим шагом по дистанции 1 км со средней скоростью; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять подъем на склон и спуск; передвигаться свободным скользящим шагом; развивают выносливость, закрепляют умение распределять силы на дистанции	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
53	Обучение поворотам приставным шагом при прохождении дистанции скользящим шагом. Совершенствование подъемов на лыжах различными способами, спуска в основной стойке и торможению палками. Комбинированный			Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют способы и технику подъема на склон: «лесенкой», «елочкой», спуск в основной стойке; разучивают повороты приставным шагом в движении и выполняют при движении скользящим шагом по дистанции; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять подъем изученными способами, спуск в основной стойке; развивают координационные способности при спуске; учатся скользить на лыжах	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
54	Совершенствование различных видов торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без. Прохождение дистанции 1.5 км в медленном темпе. Игра « Кто до-			Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют различные виды торможения и поворотов при спуске с палками и без, выпол-	Учатся корректировать технику торможений и поворотов при спуске на лыжах с палками и без, проходить длинную дистанцию скользящим шагом в медленном темпе, распределяя силы по			Текущий	

	льше прокатит-ся». Комбинированный			няют подъем и спуск в игре «Кто дольше прокатится »; проходят дистанцию 1.5 км скользящим шагом в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	дистанции				
55	Освоение техники лыжных ходов. Повторение попеременного двухшажного хода без палок и с палками. Комбинированный	26.01-1.02		Получают лыжи и организовано выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют лыжные ходы, технику попеременного двухшажного хода и выполняют движение по лыжне без палок; повторяют работу рук и выполняют движение с палками; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся технически правильно выполнять попеременный двухшажный ход; развивать ловкость, скорость и выносливость при беге на лыжах; держать интервал при передвижении на лыжах	Понимают значение знаний и умений для человека; стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
56	Разучивание одновременных ходов. Совершенствование навыков передвижения попеременным двухшажным ходом Комбинированный			Получают лыжи и организовано выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику одновременных ходов; выполняют одновременный безшажный и одношажный хода; повторяют технику попеременного двухшажного хода и выполняют его на лыжне; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся технически правильно выполнять одновременные хода; координировать работу рук и ног при передвижении попеременным двухшажным ходом			Текущий	

57	Обучение поворотам на лыжах «упором». Совершенствование навыков передвижения одновременными ходами. Обучение чередованию ходов Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают поворот «упором» и выполняют в движении; повторяют технику одновременных ходов и выполняют передвижение по дистанции чередуя одновременные и попеременный ход; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять повороты на лыжах изученными способами; технически правильно применять на дистанции лыжные хода	Проявляют положительные качества личности; умеют управлять эмоциями в различных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
58	Совершенствование поворотов на месте и в движении. Закрепление навыков падения на бок на месте и в движении под уклон; чередование лыжных ходов во время передвижения по дистанции. Разучивание игры «Затормози до линии» Комбинированный	2.02-8.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют падение на бок на месте и в движении, играют в игру «Затормози до линии»; проходят по дистанции чередуя разученные хода; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами; применять падение на бок на дистанции и в движении под уклон; Проходить по дистанции чередуя лыжные хода	Ориентируются на развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; проявляют дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
59	Совершенствование умения передвижения на лыжах с палками с чередованием ходов во время прохождения дистанции 1.5км Игра «Охотники и олени» Повторение			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику лыжных ходов и выполняют передвижение по дистанции чередуя хода 1.5км.; играют в игру	Учатся применять лыжные хода в зависимости от участка дистанции; координировать работу рук и ног при передвижении лыжными ходами; распределять силы на больших дистанциях			Текущий	

	<i>пройденного материала</i>			«Охотники и олени»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу					
60	Повторение торможение лыжами «плугом». Развитие выносливости в движении на лыжах по дистанции 1.5км. в медленном темпе Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют торможение лыжами «плугом»; выполняют передвижение по дистанции до 1.5км. в медленном темпе, применяя торможение «плугом»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять торможение «плугом» в движении по дистанции; развивают выносливость в передвижении на лыжах на большое расстояние	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
61	Повторение передвижение на лыжах «змейкой». Совершенствование подъемов и спусков. Прохождение дистанции до 1.8км. Комбинированный	9.02-15.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют и выполняют движение на лыжах «змейкой»; подъем в горку ступающим шагом прямо и косо, «елочкой», «лесенкой»; передвигаются по дистанции 1.8км. в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся координировать движения при передвижении на лыжах «змейкой»; передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
62	Совершенствование лыжных ходов, поворотов, подъемов, спусков, торможение. Прохождение дистанции 2км. в среднем темпе Повторение			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2км. в среднем темпе,	Учатся передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость и скоростно-силовые качества.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		Текущий	

	<i>пройденного материала</i>			применяя ранее изученные хода, повороты, подъемы, спуск, торможение; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу					
63	Развитие скоростно-силовых качеств во время прохождения на лыжах 1.5км в быстром темпе без учета времени. Разучивание игры «Подними предмет» Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне дистанцию 1.5км в быстром темпе без учета времени; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах в быстром темпе; выполнять разученные упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прохождение на лыжах дистанции 1.5км без учета времени)	
64	Развитие внимания, двигательных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж. Разучивание игры «На буксире» Комбинированный	16.02-22.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне в разминочном темпе; играют на лыжах в игру «На буксире» и другие игры на лыжах и без лыж; возвращаются в школу	Закрепляют навыки лыжной подготовки; учатся организовывать и проводить игры со сверстниками; оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно объяснять ошибки и способы их устранения	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, находят с ними общий язык и общие интересы		Текущий	
Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (14 часов)									
65	Правилами безопасности при разучивании элементов спортивных игр. Разучивание ОРУ с большим мячом. Повторение броска и ловли мяча. Игра «Вышибалы» Комбинированный			Повторяют правилами поведения на уроках при обучении элементов спортивных игр; выполняют упражнения с большим мячом; повторяют броски и ловлю мяча разными способами; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»	Учатся соблюдать правила ТБ с мячом для предупреждения травматизма; совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении бросков и ловли большого мяча разными способами	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Текущий	

	й				ми; развивают вы- носливость, быстро- ту при проведении игры		принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия		
66	Совершенствовани- е передач и ловли мяча в парах. Игра «Охотники и утки» Комбинированный			Выполняют упражнения с большим мячом; пов- торяют способы переда- чи мяча в парах : снизу, сверху, от груди, от пле- ча, сбоку, от плеча; вы- полняют передачи и ловлю мяча в парах; повторяют правила и играют в игру «Охотник и утки»	Учатся взаимодей- ствовать с партне- ром во время броска и правильной ловли мяча; выполнять передачи разными способами; органи- зовывать и прово- дить игры, соблюдая правила	Оказывают посиль- ную помощь и мора- льную поддержку сверстникам при выполнении учеб- ной задачи, объяс- няют ошибки и спо- собы их устранения		Текущий	
67	Разучивание уп- ражнений с мал. мячами. Повторен- ие способов брос- ков и ловли мал. мяча. Игра «Мяч соседу» Комбинированный	24.02- 2.03		Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют спо- собы бросков и ловлю малого мяча, выполняют одной и двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол ; повторяют правила и играют в игру «Мяч соседу»	Знакомятся как пра- вильно выполнять броски и ловлю малого мяча; учатся выполнять упражне- ния с мал.мячами; правильной технике броска и ловли малого мяча одной и двумя руками	Проявляют дисцип- линированность, трудолюбие и упор- ство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при обще- нии со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделя- ют и формулируют познавательные цели; используют общие прие- мы решения поставлен- ных задач; планируют свои действия в соответ- ствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают	Текущий	
68	Совершенствовани- е навыков брос- ков и ловли мал. мяча. Повторение бросков мяча одной рукой в цель. Игра «Мяч среднему» Комбинированный			Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют брос- ки и ловлю малого мяча разными способами од- ной и двумя руками; повторяют и выполняют броски одной рукой в цель; играют в игру «Мяч среднему»	Учатся технически правильно бросать и ловить мал.мяч од- ной и двумя руками; бросать мяч одной рукой и попадать в цель; соблюдать правила взаимодей- ствия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	правильность выполне- ния действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
69	Совершенствовани- е упражнений с бол. мячом. Раз- витие внимания, координации в упражнениях с мячом у стены. Повторение веде- ния мяча на мес- те. Игра «Собачка»			Повторяют ОРУ с боль- шим мячом; ведение мя- ча на месте; способы бросков в стену, выпол- няют броски и ловлю мяча в стену разными способами; повторяют правила и играют в игру «Собачка»	Развивают глазомер и контролируют си- лу броска при выпол- нении броска и лов- ли мяча в стену; уча- тся находить отли- чительные особен- ности в выполнении двигательных дейст- вий разными учени- ками	Раскрывают внут- реннюю позицию школьника; прояв- ляют дисциплини- рованность, трудо- любие и упорство в достижении постав- ленных целей	Ориентируются в разно- образии способов реше- ния задач; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения	Текущий	

	Комбинированный						интересов		
70	Совершенствование ведение мяча на месте и в движении по прямой. Игра «Мяч из круга» Зачет	3.03-12.03		Выполняют ОРУ; повторяют технику ведения мяча на месте и в движении, выполняют ведение на месте и в движении разными способами : двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; выполняют ведение на месте на оценку; повторяют правила и играют в игру «Мяч из круга»	Учатся выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Контроль техники выполнения (ведение мяча на месте)	
71	Совершенствование ведение мяча в движении по прямой и «змейкой». Игра «Ловишки с мячом» Зачет			Выполняют ОРУ; повторяют ведение в движении разными способами: двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; правым и левым боком вперед, спиной вперед, «змейкой»; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с мячом»				Контроль техники выполнения (ведение мяча в движении)	
72	Совершенствование техники бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху». Игра «Бросок мяча в колонне» Комбинированный			Выполняют ОРУ; повторяют технику бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху», выполняют броски; повторяют правила и играют в игру «Бросок мяча в колонне»	Закрепляют навыки выполнения бросков мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
73	Развитие двигательных качеств, выносливости, быстроты в бросках мяча в кольцо после ведения. Повторение передач мяча в парах. Игра «Мяч по кругу» Повторение	13.03-19.03		Выполняют ОРУ; повторяют технику бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху», выполняют броски одной и двумя руками после ведения; повторяют передачи мяча в парах разными способами; повторяют правила и играют в игру				Текущий	

	<i>пройденного материала</i>			«Мяч по кругу»					
74	Совершенствование баскетбольных упражнений с мячом в парах. Повторение ведение мяча с изменением направления движения. Игра «Гонка мячей в колонне» <i>Зачет</i>			Выполняют ОРУ; повторяют передачи мяча в парах на месте и выполняют на оценку; выполняют передачи мяча после ведения в паре; ведение мяча с изменением направления движения; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей в колонне»	Учатся выполнять передачу мяча в парах на месте контролируя технику выполнения; ведение мяча с изменением направления движения; развивают глазомер выполняя передачу после ведения	Понимают значение знаний и умений для человека, стремятся добиваться хороших результатов в учебе; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют, где применяются действия с мячами; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль техники выполнения (передачи мяча в парах)	
75	Совершенствование ведение мяча с передвижением приставными шагами, с изменением направления движения; бросок в кольцо. Игра «Вышибалы» <i>Повторение пройденного материала</i>			Выполняют ОРУ; выполняют ведение мяча в движении приставным шагом прямо и боком (правым, левым), с изменением направления движения; бросок в кольцо после ведения; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»	Развивают ловкость и координацию при выполнении ведения мяча в движении приставными шагами; учатся выполнять остановку прыжком	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются с партнером о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
76	Повторение бросков набивного мяча разными способами. Разучивание игры «Вышибалы двумя мячами» <i>Комбинированный</i>	20.03-24.03		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют способы бросков набивного мяча, повторяют правильную технику броска набивного мяча из-за головы, выполняют броски в парах; разучивают правила и играют в игру «Вышибалы двумя мячами»	Учатся технически правильно выполнять бросок набивного мяча; взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом; развивают силу рук и глазомер при выполнении бросков набивного мяча	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывают посильную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии	Текущий	
77	Совершенствование бросков набивного мяча разными способами. Контроль за развитием			Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски набивного мяча разными способами: снизу, от груди, от плеча, из-за головы,	Учатся контролировать силу и точность броска; находить отличительные особенности в выполнении бросков раз-	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		Контроль за развитием двигательных качеств(броски набивного мяча).	

	двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Игра «Горячая картошка» Комбинированный			выполняют броски в парах; выполняют броски из-за головы на оценку ; повторяют правила и играют в игру «Горячая картошка»	ными учениками; контролировать технику своего выполнения и другими учениками				
78	Разучивание эстафет с ведением, передачей мяча, броском в корзину. Развитие быстроты, ловкости, внимания, координации в эстафетах с мячом Комбинированный			Выполняют сами ранее разученные общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с ведением, передачей, броском мяча в корзину	Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку; использовать полученные навыки в процессе обучения; закрепляют умения и навыки правильного выполнения заданий с мячом; выполняют командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

Результаты 3 четверти: из 78 плановых часов проведено

4 четверть (24 часа)

Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (9 часов)

79	ТБ на уроках с мячом. Повторение передачи волейбольного мяча в парах, броски и ловлю мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч» Комбинированный	3.04-9.04		Повторяют правила поведения на уроках с мячом; выполняют общеразвивающие упражнения с бол. мячом; вспоминают какие бывают игры с мячом через сетку; повторяют передачи волейбольного мяча в парах и правильную технику бросков и ловли мяча через сетку; играют в игру «Перекинь мяч»	Учатся выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя руками над головой в парах и через сетку; развивают силу и высоту броска; учатся играть соблюдая правила игры и контролировать свои действия и действия соперника	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
80	Совершенствование бросков мяча через сетку: одной и двумя руками от плеча, сверху из-за головы,			Повторяют ОРУ с бол. мячом; повторяют как правильно выполнять бросок через сетку разными способами: снизу, сверху из-за головы, от	Учатся выполнять броски мяча через сетку разными способами ; правильно ставить руки при бросках и ловле	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре;	Текущий	

	снизу; ловли высоко летящего мяча. Игра «Выстрел в небо» Повторение пройденного материала			плеча, выполняют броски и ловлю мяча через сетку разными способами; повторяют правила и играют в игру «Выстрел в небо»	мяча; развивают силу и высоту броска; играют соблюдая правила и контролируя свои действия и действия соперника		принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии		
81	Повторение подачи мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Контроль двигательных качеств: отжимание от пола. Игра «Пионербол» Комбинированный			Выполняют ОРУ без предмета; разучивают и выполняют подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча; повторяют отжимание от пола и выполняют на результат; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся подавать мяч через сетку двумя и одной рукой; перемещать по площадке по команде «переход»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (отжимание).	
82	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол» Комбинированный	10.04-16.04		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски ловлю мяча через сетку разными способами; выполняют броски и ловлю высоко летящего мяча; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся ловить высоко летящий мяч; взаимодействовать с игроками в команде; оценивать и контролировать игровую ситуацию	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
83	Совершенствование подачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания, ловкости, силы броска в игре «Пионербол» Повторение пройденного			Выполняют ОРУ с хлопками; повторяют подачи, передачи, броски разными способами и ловлю мяча через сетку; выполняют на оценку броски и ловлю мяча через сетку; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Закрепляют навык выполнения подачи, передачи, броска и ловли мяча; учатся грамотно использовать технику броска и ловли мяча во время игры; соблюдать правила поведения и предупреждения	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый конт-	Контроль техники выполнения (броски и ловля мяча через сетку)	

	<i>материала</i>				травматизма во время занятий физкультурой		роль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
84	ТБ при обучении элементам футбола. Повторение ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии, по дуге. Игра «Гонка мячей» Комбинированный			Повторяют ТБ при обучении элементам игры в футбол; выполняют ОРУ; повторяют технику и выполняют ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии и по дуге; повторяют приседание; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей»	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма при изучении элементов игры в футбол; навыкам ведения мяча ногами; развивают силу ног	Понимают значение физического развития для человека; имеют желание учиться	Выделяют и формулируют цели и способы их осуществления с помощью учителя; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
85	Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу и с обводкой стоек. Контроль за развитием двигательных качеств: приседание. Игра «Слалом с мячом» Комбинированный	17.04-23.04		Выполняют ОРУ; повторяют технику ведение мяча внутренней и внешней частью стопы и выполняют ведение разными способами с остановкой по сигналу и «змейкой» с обводкой стоек; выполняют приседание за 1 мин. На результат; повторяют правила и играют в игру «Слалом с мячом»	Учатся выполнять ведение мяча ногами различными способами; контролировать мяч; соблюдать правила взаимодействия с игроками; развивают силу ног	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (приседание).	
86	Совершенствование умения останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы. Игра вратаря. Игра «Футбольный бильярд» Комбинированный			Выполняют ОРУ; повторяют технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы; знакомятся с игрой вратаря, выполняют пенальти в ворота; повторяют правила и играют в игру «Футбольный бильярд»	Учатся технике ведения и остановки мяча; знакомятся с игрой вратаря, что такое пенальти и за что его назначают; взаимодействовать с партнером в игре в футбол	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
87	Повторение передачи и приема			Выполняют ОРУ; повторяют и выполняют	Учатся технике передачи и приему мя-	Проявляют положительные качества	Самостоятельно выделяют и формулируют позна-	Текущий	

	мяча ногами в паре на месте и с продвижением. Разучивание жонглирование ногой. Игра в мини футбол по упрощенным правилам. Комбинированный			передачи и прием мяча ногами в паре на месте и с продвижением вперед; разучивают и выполняют жонглирование мяча ногой; повторяют правила и играют в мини футбол по упрощенным правилам	ча в паре; технически правильно выполнять элементы игры в футбол; распределять роли игроков в команде	личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	вательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
Раздел программы №5. Легкая атлетика. Подвижные игры (15 часов)									
88	Повторение ТБ по легкой атлетике. Повторение прыжка в длину с места. Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на перекладине. Игра «Пустое место» Комбинированный	24.04-30.04		Повторяют ТБ на уроках легкой атлетики; выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с места, выполняют прыжок; повторяют подтягивание на перекладине из положения виса лежа (девочки), вис стоя(мальчики) и выполняют на оценку; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»	Совершенствуют навык технически правильно выполнять прыжок в длину с места; в доступной форме объяснять технику прыжка в длину с места, анализировать и находить ошибки при выполнении, их исправлять; развивают силу рук и выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (подтягивание на перекладине)	
89	Совершенствование прыжков в длину с места и с разбега. Развитие прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет» Комбинированный			Выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют прыжок на гимнастический мат; повторяют прыжок в длину с места; выполняют эстафету «Кто дальше прыгнет»	Учатся технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления; прыжок в длину с места; взаимодействовать со сверстниками во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
90	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Повторе-			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ с круговыми движениями; выполняют прыжок в длину с места на резуль-	Учатся выполнять прыжки через низкие барьеры во время бега; развивают силу, ловкость, пры-	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; оценивают правильность	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	

	ние прыжков через низкие барьеры. Игра «Дни недели» Комбинированный			тат; повторяют прыжки через низкие барьеры и выполняют прыжки через низкие барьеры во время бега; играют в игру «Дни недели»	гучесть и координацию во время выполнения прыжков разными способами		выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
91	Строевые упражнения. Контроль пульса. Развитие координации в упражнениях с гимнастическими палками. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Игры-эстафеты с гимнастическими палками. Комбинированный	1.05-7.05		Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; находят и подсчитывают пульс; выполняют общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками; повторяют прыжок в длину с разбега на гимнастический мат и выполняют его на оценку; выполняют эстафеты с гимнастическими палками	Повторяют строевые упражнения; учатся находить и подсчитывать пульс до и после нагрузки; развивают координацию при выполнении упражнений с гимнастическими палками, соблюдая правила безопасности; контролируют технику выполнения прыжка, замечают и исправляют ошибки	Оrientируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (прыжок в длину с разбега)	
92	Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Космонавты» Комбинированный			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; ОРУ с гимнастическими палками; контролируют пульс; выполняют упражнения на гибкость и сдают на оценку наклон вперед из положения стоя; повторяют технику и выполняют прыжок в высоту; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	Учатся характеризовать физическую нагрузку по показателям частоты пульса, регулировать ее во время занятия; технически правильно выполнять прыжок в высоту с разбега; развивают гибкость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; ; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (гибкость)	
93	Совершенствование навыков выполнения упражнения на пресс: поднятие туловища из положения лежа на спине; прыжка в высоту с разбега			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ; повторяют упражнение на пресс: поднятие туловища из положения лежа на спине; прыжок в высоту с разбега; играют в игру «Космонавты»	Развивают мышцы пресса, закрепляя навык поднимания туловища из положения лежа на спине, прыгучесть и ловкость выполняя прыжок в высоту; соблюдают правила	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итогов-	Текущий	

	способом «перешагивание». Игра «Космонавты» Комбинированный				взаимодействия с игроками при проведении игры		вый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
94	Совершенствование бросков мал. мяча в цель. Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. Игра «Мы веселые ребята» Комбинированный	8.05-14.05		Выполняют ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ с мал. мячом; повторяют броски малого мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); выполняют поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. на результат; повторяют правила и играют в игру «Мы веселые ребята»	Учатся поднимать туловище из положения лежа на скорость, развивая скоростно-силовые качества; организовывать и проводить подвижные игры	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища за 1 мин)	
95	Разучивание упражнений со скакалкой. Повторение прыжков со скакалкой; бросков мал. мяча в цель. Игра на внимание «Угадай кто ушел» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют способы прыжков со скакалкой; выполняют прыжки; выполняют броски мал. мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); повторяют правила и играют в игру на внимание «Угадай кто ушел»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой; соблюдать правила безопасности; развивают внимательность по средством игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
96	Совершенствование навыков прыжков со скакалкой один и в тройках; техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Игра малой подвижности «Кто сказал мяу» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют прыжки со скакалкой разными способами; повторяют как выполняются прыжки со скакалкой в тройках (двое вращают, третий прыгает), делятся на тройки и прыгают; выполняют прыжок в высоту на оценку за технику; повторяют правила и играют в игру «Кто сказал мяу»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой как один, так и в тройках, соблюдая правила безопасности; развивают прыгучесть и силу отталкивания в прыжках в высоту	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками		Контроль техники выполнения (прыжок в высоту)	

97	Правила безопасности на улице. Совершенствование техники высокого и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением. Бег на 30 м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный	15.05-21.05		Повторяют правила поведения во время урока на улице, одежда и обувь; выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ; повторяют технику высокого и низкого старта, выполняют бег с ускорением, бег 30м; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Учатся выполнять упражнения для развития скоростных качеств; грамотно использовать технику низкого старта и стартового ускорения	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
98	Развитие двигательных качеств во время выполнения упражнений полосы препятствий. Совершенствование техники челночного бега. Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; выполняют упражнения полосы препятствий; повторяют технику «челночного бега» и выполняют бег 3*10м.; выполняют бег на 30 м. на результат; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Развивают скоростно-силовые качества во время бега и выполнения упражнений полосы препятствий; учатся выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных условиях	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	
99	Развитие выносливости посредством бега, прыжков. Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3*10м.. Эстафета с преодолением полосы препятствий. Игра малой подвижности «Ровным кругом» Комбинированный			Выполняют бег на выносливость до 3-х мин.; ОРУ; челночный бег 3*10м на результат; выполняют эстафету с преодолением полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Ровным кругом»	Учатся равномерно распределять свои силы во время длительного бега; развивают скоростно-силовые качества во время различного бега и преодолевая препятствия	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
100	Совершенствование навыков бега на длительное	22.05-26.05		Выполняют бег до 5-ти мин; ОРУ; повторяют технику метания малого	Учатся правильной постановке руки при метании мяча на	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели;	Контроль двигательных качеств (метание	

	время; метание мал.мяча на дальность. Контроль за развитием двигательных качеств: метание на дальность. Игра «Море волнуется» Комбинированный			мяча; выполняют метание мал.мяча на дальность и выполняют метание на результат; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	дальность; грамотно использовать технику метания мяча выполняя метание на результат	сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	на дальность)	
101	Развитие выносливости и скорости в круговой тренировке. Контроль за развитием двигательных качеств: бег 1000м без учета времени. Игра «Вороны и воробьи» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями по кругу; ОРУ; выполняют бег 1000м без учета времени на оценку; повторяют правила и играют в игру «Вороны и воробьи»	Развивают выносливость и учатся правильно дышать и распределять силы по дистанции выполняя непрерывный бег на 1000м ;	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (бег 1000м)	
102	Развитие внимания, ловкости, скорости, координации движений в эстафетах «Веселые старты» с бегом, прыжками, метанием.			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с бегом, прыжками, метанием.	Учатся выполнять задания для развития силы, выносливости и ловкости различными способами; закрепляют умения и навыки выполнения основных видов движений	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность; оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, находят с ними общий язык и общие интересы	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

Результаты 4 четверти: из 102 плановых часа проведено

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности 4 класс

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
№ уро-ка	Тема урока, <i>тип урока</i>	Дата проведения		Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты			Форма контроля, контрольные материалы	Учебный материал (№№ страниц, заданий, § и т.п.)
		план	факт		Предметные	Личностные	Метапредметные		
1 четверть (24 часа)									
Раздел программы №1. Легкая атлетика. Подвижные игры (24 часа)									
1	ПравилаТБ на уроках легкой атлетики на улице и в зале. Разучивание сдачи рапорта дежурным. Построение в шеренгу, колонну, выпонение строевых команд. Содержание комплекса утренней гимнастики. Игра «Салки» Комбинированный	1.09-7.09		Знакомятся с правилами поведения на уроках легкой атлетики в спортивном зале и на улице, с содержанием и организацией комплекса утренней гимнастики; разучивают рапорт дежурного; учатся слушать и выполнять команды «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», построению в шеренгу, колонну по росту, бег в рассыпную и нахождение места в строю, выполнять комплекс утренней гимнастики; играть в игру «Салки»	Соблюдают правила безопасного поведения на уроке; учатся сдавать рапорт; выполнять действия по образцу, строиться в шеренгу, колонну по росту, развивают двигательные качества в упражнениях утренней гимнастики	Проявляют учебно-познавательный интерес к урокам физкультуры, развивают готовность к сотрудничеству	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своих действий; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
2	Совершенствование строевых упражнений; прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном трехминутном беге.Игра «Ловишка». Комбинированный			Строятся в шеренгу, дежурный сдает рапорт; выполняют медленный непрерывный бег в течении 3-х мин., комплекс утренней гимнастики, повторяют технику прыжка в длину с места и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Ловишка»	Выполняют команды на построение и перестроение, учатся самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, технически правильно отталкиваться и приземляться; развивают выносливость в беге	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Выделяют и формулируют цели с помощью педагога; используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий	
3	Разучивание специальных беговых упражнений. Совершенствование высокого,			Повторяют построение в шеренгу,сдачу рапорта, выполняют беговую разминку, комплекс утренней гимнастики; повто-	Выполняют организующие строевые команды и приемы, разминку, разминаются применяя спе-	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоана-	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят не-	Текеущий	

	среднего и низкого старта; стартового ускорения; бег 30м., челночный бег. Игра «Салки с домом». Комбинированный			ряют высокий, средний, низкий старт; выполняют бег с высокого старта на 30 м, повторяют технику челночного бега и выполняют бег 3*10м.; повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	циальные беговые упражнения; закрепляют навык технически правильно: принимать положение высокого, среднего, низкого старта; выполнять стартовое ускорение; бег на скорость 30м ; челночный бег	лиз и самоконтроль результата	обходимые коррективы в действия после его завершения на основе оценки и учета сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
4	Совершенствование техники челночного бега. Контроль двигательных качеств: челночный бег 3*10м. Игра «Гуси-лебеди» Комбинированный	8.09-14.09		Выполняют задания в ходьбе для стопы и беге, выполняют комплекс упражнений с хлопками, повторяют «челночный бег» и выполняют его на время, повторяют правила и играют в игру «Гуси-лебеди»	Корректируют технику челночного бега, как выполнять поворот в челночном беге; учатся технически правильно выполнять поворот в челночном беге, правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; выполнять челночный бег на скорость	Раскрывают внутреннюю позицию школьника, стремясь достичь хороших результатов в беге, проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
5	Совершенствование техники бега. Развитие силы и ловкости в прыжках в длину с места. Игра «Удочка». Комбинированный			Выполняют легкоатлетические упражнения и бег в медленном, равномерном темпе в течение 4-х минут; повторяют технику движения рук и ног в прыжке в длину с места, выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять легкоатлетические упражнения; прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления; технике движения рук и ног в прыжках; правильному дыханию во время бега	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
6	Развитие внимания, координации, ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места.			Выполняют строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали, повторяют прыжок в длину с места и выполняют его на результат; повторяют правила и играют в игру	Учатся правильно выполнять строевые упражнения, выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников; технически правильно выполнять прыжок в длину	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	

	Игра «Жмурки». Комбинированный			«Жмурки»	ну с места и контролировать результат своего прыжка	дартных ситуациях	учителя, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
7	Ознакомление с историей развития физкультуры в России и ее значение для подготовки солдат. Развитие выносливости в медленном беге в течение 5 минут. Повторение метания мал. мяча на дальность с места и с трех шагов разбега. Игра «Метатели». Комбинированный	15.09-21.09		Знакомятся с развитием физкультуры в России и ее значением для подготовки солдат; выполняют упражнения под заданный ритм и темп, повторяют медленный, непрерывный бег до 5 минут; повторяют как выполнять метание мал. мяча на дальность с места и с трех шагов разбега, выполняют метание; играют в игру «Метатели»	Учатся технически правильно выполнять метание мал. мяча на дальность, держать корпус, делать три шага в сочетании с замахом и броском; контролировать темп бега, дыхание на длинную дистанцию	Оrientируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
8	Развитие выносливости в медленном беге до 6 минут. Контроль двигательных качеств: метание на дальность. Развитие двигательных качеств посредством игры «Подвижная цель» Комбинированный			Повторяют правила контроля двигательных качеств, повторяют метание мал. мяча на дальность, выполняют метание на результат, играют в игру «Подвижная цель»	Совершенствуют координационные способности, глазомер, силу броска при выполнении метания; учатся выполнять упражнения с соблюдением очередности и правил безопасности; соблюдать правила взаимодействия с игроками в команде		Используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (метание)	
9	Объяснение взаимосвязи физической подготовки с развитием систем дыхания и кровообращения. Контроль двигательных качеств: бег 1 км без учета			Знакомятся с взаимосвязью физической подготовки с развитием систем дыхания и кровообращения; повторяют как распределять силы по дистанции, выполняют бег на выносливость на оценку,	Учатся равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега; оценивать величину нагрузки по частоте пульса; соблюдать правила взаимодействия с	Оrientируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении постав-	Оrientируются в разнообразии способов решения задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют соб-	Контроль двигательных качеств (бег на выносливость)	

	времени. Разучивание беговых упражнений в эстафете Комбинированный			комплекс УГГ; разучивают и выполняют эстафеты с беговыми упражнениями	игроками	ленных целей	ственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
10	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в беге на 30 м. Игра «Третий лишний» Комбинированный	22.09-28.09		Знакомятся как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях, выполняют медленный и быстрый бег, Комплекс УГГ; выполняют бег на скорость на 30м; повторяют правила и играют в игру «Третий лишний»	Развивают скорость, внимание, координацию при выполнении беговых упражнений со сменой тем-па; учатся выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают свои достижения, соотносят изученные понятия с примерами; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют вопросы, используют речь для регуляции своих действий	Текущий	
11	Контроль двигательных качеств: бег на 30 м с высокого старта. Развитие двигательных качеств посредством игр. Игра «Волк во рву» Комбинированный			Выполняют разминочный бег в различном темпе, ОРУ; бег на скорость на различные дистанции; бег 30м с высокого старта на результат; повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Учатся правильной технике бега, как правильно стартовать и финишировать; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время бега; развивают беговые и прыжковые качества во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	
12	Объяснение правил поведения и ТБ в спортивном зале и во время упражнений со спортивным инвентарем. Развитие внимания, мышления, координации в общеразвивающих упражнениях. Игра «Охотник и			Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на уроках с использованием спортивного инвентаря; выполняют задания в ходьбе и беге, комплекс упражнений в движении и на месте; повторяют правила и играют в игру «Охотник и зайцы»	Учатся соблюдать правила безопасного поведения; совместным командным действиям во время игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый	Текущий	

	зайцы». Комбинированный						контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
13	Совершенствование перестроений в две шеренги, в две колонны. Повторение подъема туловища из положения лежа на спине, подтягивание на перекладине. Игра «Море волнуется» Комбинированный	29.09-5.10		Повторяют строевые упражнения: расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, повторяют как выполняется подъем туловища из положения лежа на спине и подтягивание на перекладине, выполняют их; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся выполнять: построения, расчет и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения; правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени, подтягивание на перекладине	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
14	Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям в паре. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 1 мин. Развитие памяти и внимания в игре «Отгадай, чей голосок» Комбинированный			Выполняют расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения в парах, выполняют подъем туловища за 1 мин на результат; разучивают правила и играют в игру на внимание «Отгадай, чей голосок»	Учатся выполнять организующие строевые команды и приемы; правилам взаимодействия при выполнении упражнений в паре, контролировать развитие двигательных качеств, выполняя подъем туловища на скорость; выполнять упражнения добиваясь конечного результата.	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (подъем туловища)	
15	Обучение упражнениям с гимнастической палкой. Контроль двигательных качеств: подтягивание на перекладине. Эстафеты с гимнастической			Выполняют упражнения с гимнастической палкой, упражнения для стопы с гимнастической палкой; знакомятся как качества развиваются при подтягивании на перекладине; выполняют подтягивание на	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий с предметами; развивают координационные способности, ловкость и внимание	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя,	Контроль двигательных качеств (подтягивание из виса лежа)	

	палкой. Комбинированный			результат; выполняют эстафеты с гимнастической палкой	при выполнении упражнений с гимнастической палкой, выполняют упражнения для стопы с целью профилактики плоскостопия; развивают выносливость и силу рук.		формулируют собственное мнение ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; контролируют действия партнера		
16	Повторение прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие скоростно-силовых качеств. Игра «Ноги на весу» Комбинированный	6.10-12.10		Выполняют упражнения с гимнастической палкой и упражнения для стопы, повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют его, повторяют правила и играют в игру «Ноги на весу»	Учатся технически правильно выполнять разбег, отталкивание и приземление в прыжке в длину с разбега способом «согнув ноги»; находят отличительные особенности в выполнении прыжков разными учениками		Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
17	Совершенствование прыжков на одной и двух ногах; отжимание от пола; прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Игра «День и ночь» Комбинированный			Повторяют упражнения с гимнастической палкой, выполняют прыжки на одной и двух ногах разными способами, отжимание от пола; повторяют технику и выполняют прыжок в длину с разбега на гимнастическом мате на оценку, повторяют правила и играют в игру «День и ночь»	Контролируют способность прыгать на одной и двух ногах в разных условиях, учатся прыгать на одной ноге сохраняя равновесие, прыгать в длину с разбега, выполняют прыжки соблюдая правила безопасности для предупреждения травматизма	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (прыжок в длину с разбега)	
18	Совершенствование прыжков из обруча в обруч, ОРУ с обручем; пролезание в обруч разными способами. Контроль двигательных качеств:			Выполняют упражнения с обручем; повторяют способы пролезания в обруч: прямо и боком; как правильно выполняется пролезание и выполняют поточным методом; выполняют отжимание на результат;	Учатся технически правильно выполнять упражнения с обручем; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма; развивают быстроту, ловкость, вниматель-	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками		Контроль двигательных качеств (отжимание)	

	отжимание от пола. Эстафеты с обручем. Комбинированный			выполняют эстафеты с обручем	ность при выполнении эстафет				
19	Совершенствование прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Ловишки с хвостиком» Комбинированный	13.10-19.10		Выполняют комплекс ОРУ с веревочкой, прыжки на двух и одной ноге через веревочки положенные «лесенкой», повторяют технику прыжка в высоту с разбега и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с хвостиком»	Контролируют способность прыгать на двух ногах (ноги вместе) и одной ноге сохраняя равновесие, учатся технически правильно выполнять прыжок в высоту с разбега; играют соблюдая правила	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
20	Разучивание упражнений на гимнастических скамейках. Повторение ползание по гимнастической скамейке, приседание. Контроль двигательных качеств: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Удочка» Комбинированный			Разучивают и выполняют упражнения на гимнастической скамейке, ползание по гимнастической скамейке разными способами: на коленях, на животе, приседание; выполняют прыжок в высоту с разбега на результат; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять упражнения используя гимнастические снаряды, регулировать физическую нагрузку во время занятий; контролировать технику и результат выполнения прыжка в высоту; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (прыжок в высоту с разбега)	
21	Совершенствование основных видов деятельности на полосе препятствий. Контроль двигательных качеств: приседание. Игра «Вороны и воробьи» Комбинированный			Выполняют упражнения на гимнастической скамейке, разбирают какие основные виды деятельности используются на полосе препятствий, выполняют упражнения полосы препятствий: ползание по гимнастической скамейке, прыжок через препятствие, проползание под препятствием; выполняют	Развивают выносливость, ловкость и координацию при выполнении упражнений полосы препятствий; учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений при приседании на результат	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (приседание)	

				приседание за 1 мин.; играют в игру «Вороны и воробы»					
22	Совершенствование упражнений и заданий в парах; метание мал.мяча в цель. Игра «Чехарда» Комбинированный	20.10-28.10		Выполняют упражнения в парах и задания в парах: «тачка», «сиамские близнецы», «три ноги», «лиса и кот»; повторяют метание мал.мяча в цель (вертикальную, горизонтальную); повторяют правила и играют в игру «Чехарда»	Учатся выполнять упражнения в парах и с помощью партнера; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений; развивают силу рук и ловкость; глазомер и точность в метении в цель	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
23	Совершенствование метание мал. мяча в цель. Обучение упражнениям для сохранения осанки. Эстафеты с мешочком с песком. Комбинированный			Выполняют общеразвивающие упражнения по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, повторяют метание мал. мяча в вертикальную и горизонтальную цель; выполняют эстафеты с мешочком с песком с ходьбой, ползанием, прыжками, метанием	Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку упражнения для осанки; развивают глазомер в метании в цель; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала		Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
24	Развитие двигательных качеств: выносливости, ловкости, быстроты в эстафетах «Веселые старты» Комбинированный			Выполняют ОРУ по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, выполняют эстафеты с различными видами движений: с бегом, прыжками, пролезанием в обруч, ползанием	Закрепляют навыки выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала, соблюдая правила безопасности			Текущий	

Результаты 1 четверти: из 24 плановых часов проведено

2 четверть (24 часа)

Раздел программы №2 Гимнастика с элементами акробатики. Подвижные игры (24 часа)

25	Правила поведения в спортивном зале на уроках гимнастики. Повторение висов, упоров. Разучива-	7.11-13.11		Знакомятся с правилами поведения на уроках гимнастики, выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате,	Знакомятся с ТБ на уроках гимнастики; учатся выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса;	Понимают значение знаний и умений для человека; стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью педагога; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе	Текущий	
----	---	------------	--	--	--	---	--	---------	--

	ние дыхательных упражнений по методике А.Стрельниковой. Развитие внимания, памяти в игре «Что изменилось» Комбинированный			повторяют и выполняют висы и упоры; разучивают дыхательные упражнения; повторяют правила и играют в игру «Что изменилось»	правильному положению при выполнении висов и упоров; повторяют «хваты»; знакомятся с дыхательными упражнениями по методике А.Стрельниковой	позицию школьника	его оценки и учета характера сделанных ошибок, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
26	Совершенствование упражнений акробатики: группировка, перекаты. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в игре «Увертывайся от мяча» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют простейшие элементы акробатики, перекаты в группировке, повторяют правила и играют в игру «Увертывайся от мяча»	Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры; учатся технически правильно выполнять перекаты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий
27	Совершенствование кувырка вперед. Развитие координации, ловкости, внимания в серии кувырков вперед. Игра «Мышеловка» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют технику и выполняют кувырок вперед, разучивают как выполнять серию кувырков вперед; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка»	Учатся координировать перемещение рук при выполнении кувырка вперед; регулировать физическую нагрузку; приходить в исходное положение после кувырка для выполнения следующего			Текущий
28	Совершенствование упражнения «стойка на лопатках»; кувырка вперед; серии кувырков вперед. Игра «Посадка картофеля» Комбинированный	14.11-20.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику «стойки на лопатках» и выполняют; повторяют кувырок вперед, два слитных кувырка вперед на оценку; играют в игру «Посадка	Учатся технически правильно выполнять упражнения акробатики со страховкой; выполнять акробатические упражнения, добываясь конечного результата	Оrientируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности,	Контроль техники выполнения (кувырок вперед)

				картофеля»			в том числе в ситуации столкновения интересов.		
29	Совершенствование упражнения «мост»; «стойка на лопатках». Выполнение упражнений акробатики в разных сочетаниях. Игра «Кот и мышь» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику выполнения упражнения «мост» и выполняют; повторяют кувырок вперед и «стойку на лопатках» соединяя элементы; выполняют «стойку на лопатках» на оценку; повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	Корректируют технику выполнения упражнения «мост»; развивают гибкость тела выполнения акробатические элементы, учатся соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; контролируют процесс и результат действия; используют речь для регуляции своего действия.	Контроль техники выполнения («стойка на лопатках»)	
30	Развитие координации, ловкости при ходьбе по гимнастической скамейке различными способами. Контроль двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Кот и мышь» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, выполняют ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	Учатся выполнять упражнения для развития гибкости, ловкости и координации; сохранять равновесие, выполняя ходьбу по гимнастической скамейке, организовывать и проводить подвижные игры	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	
31	Совершенствование лазания по наклонной гимнастической скамейке с переходом на гимнастическую стенку; упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Игра на внимание «Класс» Комбинированный	21.11-27.11		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание различными способами, гимнастика упр.«мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс»	Учатся перемещаться по наклонной поверхности различными способами с переходом на гимнастическую стенку; характеризовать физические качества: силу, координацию; выполнять игровые упражнения по команде учителя; организовывать и проводить подвижные игры	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
32	Совершенствование			Выполняют ходьбу и бег	Учатся выполнять	Проявляют положи-	Ориентируются в разно-	Контроль	

	ние упражнений в равновесии: «цапля», «ласточка»; техники упражнения «мост». Игра «Прокати быстрее мяч» Комбинированный			с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»	упражнения в равновесии на ограниченной опоре; оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	образии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	техники выполнения («мост»)	
33	Развитие координации в упражнениях акробатики: «цапля», «ласточка», кувырка вперед. Игра «Волк во вру» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют упражнения «цапля» и «ласточка», кувырок вперед; соединяют упражнение в равновесии «ласточка» и кувырок вперед; повторяют правила и играют в игру «Волк во вру»	Закрепляют навыки в упражнениях акробатики, развивают координацию, ловкость, внимание при выполнении заданий и игровых упражнений	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления, оценивают правильность выполнения действия, формулируют собственное мнение, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
34	Повторение строевых упражнений. Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед стоя и сидя на полу, упражнениях «мост», «полушпагат». Развитие внимания, ловкости в эстафете «Веревочка под ногами» Комбинированный	28.11-4.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, выполняют задания на гибкость: выпады, наклоны вперед из разных положений, «мост», «полушпагат»; разучивают и выполняют эстафету	Учатся выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях; самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; развивать внимание, ловкость посредством игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Оrientируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы, используют установленные правила в контроле способа решения, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
35	Совершенствование строевых упражнений. Развитие координации			Повторяют строевые упражнения: повороты направо, налево, кругом, перестроение в две шеренги	Учатся выполнять : строевые упражнения без ошибок; серию упражнений	Понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо	Используют общие приемы решения поставленных задач, определяют и кратко характеризуют	Контроль выполнения (строевые упражнения)	

	движений, ловкости, внимания в упражнениях акробатики. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			ренги и двен колонны и выполняют их на оценку; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате; повторяют акробатические упражнения: «стойка на лопатках», «мост», «полушпагат»; повторяют правила и играют в игру «Хитрая лиса»	акробатики; контролировать свои действия и наблюдать за действиями других	учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	значение игр в развитии ребенка; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия		
36	Совершенствование переката назад в группировке и кувырка назад. Закрепление навыков выполнения нескольких упражнений акробатики подряд. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, повторяют и выполняют перекат назад в группировке, технику кувырка назад, выполняют кувырок назад, играют в игру «Хитрая лиса»	Развивают координацию и ловкость при выполнении кувырка назад; выполняют упражнения акробатики со страховкой друг друга, соединять упражнения акробатики	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
37	Развитие равновесия и координации движений в упражнениях на узкой рейке гимнастической скамейки. Совершенствование кувырка назад. Игра «Ноги на весу» Комбинированный	5.12-11.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической скамейки разными способами; повторяют кувырок назад и выполняют его на оценку; разучивают правила и играют в игру «Ноги на весу»	Учатся технически грамотно выполнять упражнения в равновесии; находить отличительные особенности в выполнении кувырка разными учениками, замечать ошибки и их исправлять; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (кувырок назад)	
38	Совершенствование			Выполняют ходьбу и бег	Закрепляют навыки	Ориентируются на	Ставят и формулируют	Текущий	

	ие ходьбы по узкой рейке гим. скамейки с поворотами. Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гим. стенке. Игра «Жмурки» Комбинированный			с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют и выполняют способы лазанья и перелезания по гим. стенке; ходьбу с поворотами на узкой рейке гим.скамейки: на носках, на одной ноге, прыжком; повторяют правила и играют в игру «Жмурки»	выполнения упражнений на гимнастической стенке, учатся правильно выполнять ходьбу с поворотами, распределять силы во время лазанья и перелезания	понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицируют себя с позицией школьника	проблемы, ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, обращаются за помощью, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
39	Повторение упражнений на узкой рейке гим.скамейки: стойка на одной ноге, приседание, переход в упор присев, в упор стоя на колене; перелезание через препятствие. Игра «Жмурки» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют комбинацию на узкой рейке гим. скамейки: стойка на одной ноге, приседание, переход в упор присев, в упор стоя на колене играют в игру «Жмурки»	Развивают ловкость, координацию при выполнении упражнений на узкой рейке гим.скамейки; учатся координировать работу рук и ног при выполнении перелезания через препятствие			Текущий	
40	Совершенствование навыков перемещения по гимнастической стенке. Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад . Игра «Волк во рву» Повторение пройденного материала	12.12-18.12		Выполняют ходьбу и бег, упражнения сидя на мате, выполняют лазанье и перелезания по гимнастической стенке разными способами; повторяют технику и выполняют кувырки вперед и назад, повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и предупреждения травматизма	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
41	Разучивание упражнений разминки с обручами. Совершенствование навыков вращения обруча. Развитие ловкости			Разучивают и выполняют: упражнения с обручем, повторяют вращение обруча на разных частях тела, ползание «по-пластунски»; повторяют правила и играют	Закрепляют технику вращения обруча, повторяют прикладное упражнение гимнастики ползание «по-пластунски» и его применение в	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями	Текущий	

	ти в ползание «попластунски». Игра «Бездомный заяц» Комбинированный			ют в игру «Бездомный заяц»	военной деятельности, учатся взаимодействовать со сверстниками при проведении игры		ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
42	Совершенствование навыков перелезания через препятствие и ползания «попластунски». Повторение кувырка в сторону. Игра «Бездомный заяц» Комбинированный			Повторяют упражнения разминки с обручем, повторяют как правильно выполняется перелезание через препятствие и выполняют, повторяют ползание «попластунски» и выполняют ползание и перелезание на оценку; повторяют кувырок в сторону, правила и играют в игру «Бездомный заяц»	Развивают ловкость и смелость выполнения лазанья по гимнастической стенке, ловкость и координацию движений при перелезании через препятствие, учатся соблюдать правила игры, соблюдать правила безопасности выполнения лазанья и перелезание через гимнастические снаряды	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (ползание «попластунски» и перелезание через препятствие)	
43	Совершенствование упражнений гимнастики: «лодочка», «рыбка», «корзиночка», «кольцо»; кувырок в сторону. Игра «Салки-выручалки» Комбинированный	19.12-25.12		Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют упражнения «лодочка», «рыбка», «корзиночка», «кольцо»; кувырок в сторону на оценку; повторяют правила и играют в игру «Салки-выручалки»	Учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений гимнастики; развивают гибкость спины	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия	Контроль техники выполнения (кувырок в сторону)	
44	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством серии акробатических упражнений. Разучивание гимнастической комбинации. Игра «Салки с домом»			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат», соединяют их в комбинацию и выполняют	Закрепляют навык самостоятельного выполнения серии упражнений акробатики; учатся технически правильно выполнять гимнастическую комбинацию на среднем уровне; в доступной форме объяснять технику	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и	Текущий	

	Комбинированный			ют, повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	выполнения комбинации, находить ошибки и их исправлять		приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
45	Развитие двигательных качеств посредством акробатических упражнений. Закрепление гимнастической комбинации Игра «Займи обруч» Повторение пройденного материала			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат», соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Займи обруч»					
46	Совершенствование безопасного выполнения акробатических упражнений. Развитие ловкости и координации при выполнении гимнастической комбинации. Игра «Салки с мячом» Зачет	26.12-30.12		Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют гимнастическую комбинацию и выполняют ее на оценку; играют в игру «Салки с мячом»	Учатся выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений			Контроль техники выполнения (гимнастическая комбинация)	
47	Совершенствование разученных ранее ОРУ с предметом. Развитие двигательных качеств в эстафетах с предметами. Игра «Салки ноги от земли» Комбинированный			Выполняют ОРУ с веревочкой; выполняют эстафеты с предметами и различными видами движений; играют в игру «Салки ноги от земли»	Учатся выполнять командные действия в эстафетах; взаимодействовать со сверстниками при проведении соревнований и игр	Оrientируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают замечания учителя; формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
48	Развитие ловкости, быстроты, гибкости, координации в эстафетах с акробатическими и при-			Выполняют ходьбу и бег, ОРУ, повторяют и выполняют эстафеты с кувырком вперед, «мостиком», ползанием «попластуны», лазанием	Учатся совершенствовать акробатические и прикладные гимнастические упражнения; взаимодействовать			Текущий	

	ладными гимнастическими упражнениями. Комбинированный			по гимнастической стенке, перелезанием через препятствие	со сверстниками при проведении соревнований				
Результаты 2 четверти: из 48 плановых часа проведено									
3 четверть (30 часов)									
Раздел программы №3 Лыжная подготовка. Подвижные игры.(16 часов)									
49	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Подбор лыжного инвентаря. Совершенствование движение на лыжах ступающим и скользящим шагом по дистанции с переменной скоростью. Комбинированный	12.01-18.01		Повторяют правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки: подготовка лыж, переноска до лыжни, поведение на лыжне; подбирают по размеру ботинки, лыжи и палки; организованно выходят с лыжами из помещения, учатся правильно укладывать лыжи на снег и их пристегивать; выполняют движения на лыжах по кругу ступающим и скользящим шагом; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на лыжах; выполнять команды с лыжами в руках, в переноске лыж, надевании лыж; технически правильно выполнять движение на лыжах.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
50	Совершенствование навыков ходьбы на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом. Игра «Перестрелка» Повторение пройденного материала			Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по лыжне; повторяют правила и играют в игру «Перестрелка»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Совершенствуют технику ступающего и скользящего шага без палок.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

51	Повторение попеременного двухшажного хода на лыжах с палками. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км. Игра «Прокатись через ворота» Комбинированный			Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику попеременного двухшажного хода и выполняют движение по лыжне; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся технически правильно выполнять попеременный двухшажный ход, координировать работу рук и ног; учатся как выполнять обгон на дистанции; передвигаться на лыжах соблюдая правила безопасности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
52	Повторение одновременного одношажного хода. Развитие выносливости в ходьбе по дистанции 1 км со средней скоростью. Игра «Подними предмет» Комбинированный	19.01-25.01		Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику одновременного одношажного хода и выполняют на дистанции; играют в игру; проходят дистанцию 1 км со средней скоростью; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Закрепляют навык движения на лыжах одновременным одношажным ходом; развивают выносливость, закрепляют умение распределять силы на дистанции	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

53	Совершенствовани е одновремен- ного бесшажного хода под уклон. Развитие вынос- ливости в ходьбе по дистанции 1 км со средней скоростью Комбинированный			Получают лыжи и орга- низованно выходят на лыжню строятся в шере- нгу с лыжами, уклады- вают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику од- новременного бесшаж- ного хода и выполняют на дистанции; проходят дистанцию 1 км со сред- ней скоростью отсте- гивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся технически правильно выпол- нять одновременный бесшажный ход под уклон; распределять силы на дистанции	Проявляют дисцип- линированность, трудолюбие и упор- ство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при обще- нии со сверстниками и взрослыми	Ставят и формулируют проблемы; ориентирую- тся в разнообразии спо- собов решения задач, выполняют действия в соответствии с постав- ленной задачей и усло- виями ее реализации; используют установлен- ные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договарива- ются о распределении функций и ролей в совместной деятельности		
54	Обучение подь- ему способом «полуелочка»; закрепление подь- ема «елочкой», «лесенкой», спус- ка в высокой стойке, торможе- ние «плугом» Прохождение дистанции 1.5 км в медленном тем- пе. Комбинированный			Получают лыжи и орга- низованно выходят на лыжню строятся в шере- нгу с лыжами, уклады- вают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают подъем на склон «полуелочкой», повторяют подъем «елочкой» и «лесенкой», спуск в высокой стойке, торможение «плугом»; проходят дистанцию 1.5 км в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся корректиро- вать технику подь- емов, спуска и тор- можения; проходить длинную дистанцию в медленном темпе, распределяя силы по дистанции			Текущий	
55	Совершенствовани е подъемов и спусков на лыжах разными спосо- бами. Прохожде- ние дистанции 1.5 км. Игра «Кто дольше прокатится» Комбинированный	26.01- 1.02		Получают лыжи и орга- низованно выходят на лыжню строятся в шере- нгу с лыжами, уклады- вают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют подъем в гору разными способа- ми: ступающим шагом прямо и косо, «лесен- кой», «елочкой», «полу- елочкой»; спуск в высо- кой, средней и низкой стойках; играют в игру;	Учатся технически правильно выпол- нять попеременный двухшажный ход; развивать ловкость, скорость и выносли- вость при беге на лыжах; держать интервал при перед- вижении на лыжах	Понимают значение знаний и умений для человека; стремятся хорошо учиться; раскрывают внут- реннюю позицию школьника; про- являют дисциплини- рованность, трудо- любие и упорство в достижении постав- ленных целей	Самостоятельно выде- ляют и формулируют цели и способы их осуществления; при- нимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют ито- говый и пошаговый контроль; договарива- ются и приходят к обще- му решению в совмест-	Текущий	

				отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу			ной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
56	Разучивание одновременному двухшажному ходу. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 2 км. Комбинированный			Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику одновременного хода и выполняют его на лыжне; проходят дистанцию 2 км.; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся технически правильно выполнять одновременный двухшажный ход; координировать работу рук и ног; правильно дышать и распределять силы			Текущий	
57	Совершенствование поворотов и торможений на лыжах; навыков передвижения одновременными ходами. Игра «Затормози до цели» Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют повороты и торможение, выполняют в движении; повторяют технику одновременных ходов и выполняют передвижение по дистанции; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять повороты и торможение на лыжах разученными способами; технически правильно применять на дистанции одновременные хода	Проявляют положительные качества личности; умеют управлять эмоциями в различных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
58	Закрепление чередование лыжных ходов во время передвижения по дистанции. Игра «Охотники и олени» Комбинированный	2.02-8.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют все разученные хода; проходят по дистанции чередуя лыжные хода; играют в игру;	Учатся проходить по дистанции чередуя лыжные хода; держать дистанцию; выполнять обгон; играть соблюдая правила безопасности	Ориентируются на развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; проявляют дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении постав-	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность	Текущий	

				отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу		ленных целей	выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов		
59	Совершенствование умения передвижения на лыжах с палками с чередованием ходов во время прохождения дистанции 2км Повторение пройденного материала			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику лыжных ходов и выполняют передвижение по дистанции чередуя хода 2км.; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся применять лыжные хода в зависимости от участка дистанции; координировать работу рук и ног при передвижении лыжными ходами; распределять силы на больших дистанциях			Текущий	
60	Совершенствование передвижения на лыжах с палками с чередованием ходов Развитие выносливости в движении на лыжах по дистанции 2.5км. в медленном темпе Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2.5км. в медленном темпе, применяя разные лыжные хода; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся технически правильно выполнять лыжные хода в движении по дистанции; развивают выносливость в передвижении на лыжах на большое расстояние	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
61	Повторение передвижение на лыжах «змейкой». Прохождение дистанции до 2.5км. Комбинированный	9.02-15.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют и выполняют движение на лыжах передвигаются по дистанции 2.5км. в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся координировать движения при передвижении на лыжах «змейкой»; передвигаться по дистанции различными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
62	Совершенствование			Получают лыжи и палки	Учатся передвига-	Проявляют дисцип-		Текущий	

	ние лыжных ходов, поворотов, подъемов, спусков, торможение. Прохождение дистанции 2км. в среднем темпе Повторение пройденного материала			ки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2км. в среднем темпе, применяя ранее изученные ходы, повороты, подъемы, спуск, торможение; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	ться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость и скоростно-силовые качества.	линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
63	Развитие скоростно-силовых качеств во время прохождения на лыжах 1.5км в быстром темпе без учета времени. Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне дистанцию 1.5км в быстром темпе без учета времени; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся правильно называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах в быстром темпе; выполнять разученные упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прохождение на лыжах дистанции 1.5км без учета времени)
64	Развитие внимания, двигательных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж. Комбинированный	16.02-22.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне в разминочном темпе; играют в игры на лыжах и без лыж; возвращаются в школу	Закрепляют навыки лыжной подготовки; учатся организовывать и проводить игры со сверстниками; оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно объяснять ошибки и способы их устранения	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, находят с ними общий язык и общие интересы		Текущий
Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (14 часов)								
65	Правилами безопасности при разучивании элемен-			Повторяют правилами поведения на уроках при обучении элементов	Учатся соблюдать правила ТБ с мячом для предупреждения	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; опре-	Текущий

	нтов баскетбола Разучивание ОРУ с большим мячом. Совершенствование броска и ловли мяча. Игра «Вышибалы» Комбинированный			спортивных игр; выполняют упражнения с большим мячом; повторяют броски и ловлю мяча разными способами; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»	травматизма; совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении бросков и ловли большого мяча разными способами; развивают выносливость, быстроту при проведении игры	обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	деляют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия		
66	Совершенствование передач и ловли мяча в парах. Игры «Передал-садись», «Охотники и утки» Комбинированный			Выполняют упражнения с большим мячом; повторяют способы передачи мяча в парах : снизу, сверху, от груди, от плеча, сбоку; выполняют передачи и ловлю мяча в парах на оценку; повторяют правила и играют в игры «Передал-садись» и «Охотник и утки»	Учатся взаимодействовать с партнером во время броска и правильной ловли мяча; выполнять передачи разными способами; организовывать и проводить игры, соблюдая правила	Оказывают посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебной задачи, объясняют ошибки и способы их устранения		Клнтроль техники выполнения (передачи мяча в парах на месте)	
67	Разучивание упражнений с мал. мячами. Совершенствование бросков и ловли мал. мяча. Разучивание игры «Чья команда быстрее осалит игроков» Комбинированный	24.02-2.03		Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют способы бросков и ловлю малого мяча, выполняют одной и двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол ; разучивают правила и играют в игру «Чья команда быстрее осалит игроков»	Закрепляют навык правильного выполнения бросков и ловли малого мяча одной и двумя руками; учатся выполнять упражнения с мал.мячами	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
68	Совершенствование навыков бросков и ловли мал. мяча; бросков в цель. Игра «Мяч среднему» Комбинированный			Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют броски и ловлю малого мяча разными способами одной и двумя руками; повторяют и выполняют броски одной рукой в цель; играют в игру «Мяч среднему»	Учатся технически правильно бросать и ловить мал.мяч одной и двумя руками; бросать мяч одной рукой и попадать в цель; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		Текущий	
69	Совершенствование			Повторяют ОРУ с боль-	Развивают глазомер	Раскрывают внут-	Ориентируются в разно-	Текущий	

	ние упражнений с бол. мячом. Развитие внимания, координации в упражнениях с мячом у стены. Повторение ведения мяча на месте. Игра «Собачка» Комбинированный			шим мячом; ведение мяча на месте; способы бросков в стену, выполняют броски и ловлю мяча в стену разными способами; повторяют правила и играют в игру «Собачка»	и контролируют силу броска при выполнении броска и ловли мяча в стену; учатся находить отличительные особенности в выполнении двигательных действий разными учениками	ренную позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	образии способов решения задач; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов		
70	Совершенствование ведения мяча на месте и в движении по прямой, с изменением направления, «змейкой». Разучивание игры «Мяч ловцу» Зачет	3.03-12.03		Выполняют ОРУ; повторяют технику ведения мяча на месте и в движении, выполняют ведение на месте и в движении разными способами : двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; выполняют ведение на месте на оценку; повторяют ведение в движении; повторяют правила и играют в игру «Мяч из круга»	Учатся выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Контроль техники выполнения (ведение мяча на месте)	
71	Совершенствование ведения мяча в движении приставными шагами правым и левым боком, спиной вперед. Игра «Мяч ловцу» Зачет			Выполняют ОРУ; повторяют ведение в движении разными способами: двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; правым и левым боком вперед, спиной вперед, «змейкой»; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с мячом»				Текущий	
72	Ознакомление с передвижениями баскетболиста в игре. Обучение поворотам на месте с мячом в руках. Совершенствование ведения			Выполняют ОРУ; разучивают и выполняют передвижения баскетболиста в игре, повороты на месте с мячом в руках; повторяют ведение в движении разными способами и	Знакомятся с передвижениями в игре; учатся выполнять повороты; закрепляют навык ведения мяча в движении разными способами	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных	Контроль техники выполнения (ведение мяча в движении)	

	мяча в движении. Игра «Мяч ловцу» Зачет			выполняют на оценку; играют в игру «Мяч ловцу»		и взрослыми	ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
73	Совершенствование ведение мяча, остановка в два шага, поворот с мячом, передача партнеру. Игра «Бросок мяча в колонне» Повторение пройденного материала	13.03-19.03		Выполняют ОРУ; повторяют и выполняют передвижения баскетболиста в игре; ведение, остановка в два шага, повороты на месте с мячом в руках, передача партнеру; играют в игру «Бросок мяча в колонне»				Текущий	
74	Совершенствование бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения. Повторение передачи мяча в движении. Игра «Попади в кольцо» Комбинированный			Выполняют ОРУ; повторяют броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» с места и после ведения; выполняют передачу мяча после ведения в паре; играют в игру «Попади в кольцо»	Закрепляют навыки бросков в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска; развивают глазомер выполняя передачу после ведения	Понимают значение знаний и умений для человека, стремятся добиваться хороших результатов в учебе; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют, где применяются действия с мячами; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
75	Совершенствование баскетбольных упражнений с мячом в парах; ловля и передача мяча в движении; бросок в кольцо. Игра «Гонка мячей в колонне» Повторение пройденного материала			Выполняют ОРУ; повторяют передачи мяча в парах в движении и выполняют на оценку; бросок в кольцо с места и после ведения; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей в колонне»	Учатся выполнять передачу мяча в парах контролируя технику; развивают глазомер	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются с партнером о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (ведение мяча в движении)	
76	Повторение бросков набивного мяча разными способами. Игра	20.03-24.03		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют способы бросков набивного мяча, повторяют	Учатся технически правильно выполнять бросок набивного мяча; взаимо-	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную зада-	Текущий	

	«Вышибалы двумя мячами» Комбинированный			правильную технику броска набивного мяча из-за головы, выполняют броски в парах; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы двумя мячами»	действовать со сверстниками по правилам в играх с мячом; развивают силу рук и глазомер при выполнении бросков набивного мяча	поставленных целей; оказывают посильную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	чу при выполнении задания и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и		
77	Совершенствование бросков набивного мяча разными способами. Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Игра «Горячая картошка» Комбинированный			Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски набивного мяча разными способами: снизу, от груди, от плеча, из-за головы, выполняют броски в парах; выполняют броски из-за головы на оценку; повторяют правила и играют в игру «Горячая картошка»	Учатся контролировать силу и точность броска; находить отличительные особенности в выполнении бросков разными учениками; контролировать технику своего выполнения и другими учениками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии	Контроль за развитием двигательных качеств (броски набивного мяча).	
78	Разучивание эстафет с ведением, передачей мяча, броском в корзину. Развитие быстроты, ловкости, внимания, координации в эстафетах с мячом Комбинированный			Выполняют сами ранее разученные общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с ведением, передачей, броском мяча в корзину	Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку; использовать полученные навыки в процессе обучения; закрепляют умения и навыки правильного выполнения заданий с мячом; выполняют командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	

Результаты 3 четверти: из 78 плановых часов проведено

4 четверть (24 часа)

Раздел программы №4 Элементы спортивных игр. Подвижные игры (9 часов)

79	ТБ на уроках с мячом. Повторение передачи волейбольного мяча в парах, броски и ловлю мяча через сетку.	3.04-9.04		Повторяют правила поведения на уроках с мячом; выполняют общеразвивающие упражнения с бол. мячом; вспоминают какие бывают игры с мячом через сетку	Учатся выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя руками над головой в парах и через сетку; развивают силу и высоту	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении постав-	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют	Текущий	
----	--	-----------	--	--	--	---	---	---------	--

	Игра «Перекинь мяч» Комбинированный			ку; повторяют передачи волейбольного мяча в парах и правильную технику бросков и ловли мяча через сетку; играют в игру «Перекинь мяч»	броска; учатся играть соблюдая правила игры и контролировать свои действия и действия соперника	ленных целей	ют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
80	Совершенствование бросков мяча через сетку разными способами. Обучение ловле мяча с последующими прыжками в два шага к сетке. Игра «Выстрел в небо» Комбинированный			Повторяют ОРУ с бол. мячом; повторяют как правильно выполнять бросок через сетку разными способами: снизу, сверху из-за головы, от плеча, выполняют броски и ловлю мяча через сетку разными способами; учатся делать два шага после ловли мяча; повторяют правила и играют в игру «Выстрел в небо»	Учатся выполнять броски мяча через сетку разными способами; правильно ставить руки при бросках и ловле мяча; развивают силу и высоту броска; играют соблюдая правила и контролируя свои действия и действия соперника	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии	Текущий	
81	Совершенствование подачи мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Контроль двигательных качеств: отжимание от пола. Игра «Гонка мячей» Зачет			Выполняют ОРУ без предмета; разучивают и выполняют подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча; повторяют отжимание от пола и выполняют на результат; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей»	Учатся подавать мяч через сетку двумя и одной рукой; перемещать по площадке по команде «переход»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (отжимание).	
82	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол» Комбинированный	10.04-16.04		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски ловлю мяча через сетку разными способами; выполняют броски и ловлю высоко летящего мяча; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся ловить высоко летящий мяч; взаимодействовать с игроками в команде; оценивать и контролировать игровую ситуацию	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о	Текущий	

							распределении функций и ролей в совместной деятельности		
83	Совершенствование подачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания, ловкости, силы броска в игре «Пионербол» Повторение пройденного материала			Выполняют ОРУ с хлопками; повторяют подачи, передачи, броски разными способами и ловлю мяча через сетку; выполняют на оценку броски и ловлю мяча через сетку; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Закрепляют навык выполнения подачи, передачи, броска и ловли мяча; учатся грамотно использовать технику броска и ловли мяча во время игры; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (броски и ловля мяча через сетку)	
84	Обучение положению рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу. Повторение приседание. Игра «Пионербол» Комбинированный			Выполняют ОРУ; изучают положение рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу, выполняют в парах; повторяют приседание; играют в игру «Пионербол»	Учатся правильно принимать стойку волейболиста; принимать и передавать мяч снизу с верха; соблюдать правила взаимодействия с игроками; развивают силу ног	Понимают значение физического развития для человека; имеют желание учиться	Выделяют и формулируют цели и способы их осуществления с помощью учителя; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий	
85	Совершенствование «стойки волейболиста». Обучение упражнениям в парах: верхняя передача с собственным подбрасыванием; прием сверху и передача после набрасывания партнером. Игра «Пионербол»	17.04-23.04		Выполняют ОРУ; повторяют «стойку волейболиста»; изучают и выполняют упражнения в парах: подбрасывают себе мяч и делают верхнюю передачу, принимают мяч сверху и передают после набрасывания партнером играют в «Пионербол»	Учатся технически правильно выполнять верхнюю передачу после собственного подбрасывания и передачу после набрасывания партнера, соблюдать правила игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	

	Комбинированный								
86	Обучение упражнениям в парах: нижняя передача с собственным подбрасыванием; прием снизу и передача после набрасывания партнером. Контроль за развитием двигательных качеств: приседание. Игра «Пионербол» Комбинированный			Выполняют ОРУ; разучивают и выполняют упражнения в парах: подбрасывают себе мяч и делают нижнюю передачу, принимают мяч снизу и передают после набрасывания партнером; выполняют приседание за 1 мин на результат; играют в «Пионербол»	Учатся технически правильно выполнять нижнюю передачу после собственного подбрасывания и передачу после набрасывания партнера, соблюдать правила игры	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (приседание).	
87	Обучение нижней прямой подаче. Развитие координации, ловкости в упражнениях с элементами волейбола. Игра «Пионербол» Комбинированный			Выполняют ОРУ; разучивают технику нижней прямой подачи, выполняют; повторяют и выполняют прием сверху и снизу, передачу мяча партнеру; играют в «Пионербол» с применением элементов волейбола»	Учатся технике нижней прямой подачи; закрепляют элементы волейбола.	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий	
Раздел программы №5. Легкая атлетика. Подвижные игры (15 часов)									
88	Повторение ТБ по легкой атлетике. Повторение прыжка в длину с места. Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на перекладине. Игра «Пустое место» Комбинированный	24.04-30.04		Повторяют ТБ на уроках легкой атлетики; выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с места, выполняют прыжок; повторяют подтягивание на перекладине из положения виса лежа (девочки), вис стоя(мальчики) и выполняют на оценку; повторяют правила и играют в игру «Пустое	Совершенствуют навык технически правильно выполнять прыжок в длину с места; в доступной форме объяснять технику прыжка в длину с места, анализировать и находить ошибки при выполнении, их исправлять; развивают силу рук и выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (подтягивание на перекладине)	

				место»					
89	Совершенствование прыжков в длину с места и с разбега. Развитие прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет» Комбинированный			Выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют прыжок на гимнастический мат; повторяют прыжок в длину с места; выполняют эстафету «Кто дальше прыгнет»	Учатся технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления; прыжок в длину с места; взаимодействовать со сверстниками во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий	
90	Ознакомление с доврачебной помощью при легких травмах. Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Повторение прыжков через низкие барьеры. Игра «Дни недели» Комбинированный			Знакомятся с оказанием первой доврачебной помощи при легких травмах. выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ с круговыми движениями; выполняют прыжок в длину с места на результат; повторяют прыжки через низкие барьеры и выполняют прыжки через низкие барьеры во время бега; играют в игру «Дни недели»	Получают знания в области оказания первой помощи; закрепляют навык прыжков через низкие барьеры во время бега; развивают силу, ловкость, прыгучесть и координацию во время выполнения прыжков разными способами	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	
91	Ознакомление со способами закаливания организма. Развитие координации в упражнениях с гимнастическими палками. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Игры-эстафеты с гимнастическими палками. Комбинированный	1.05-7.05		Знакомятся со способами закаливания; выполняют ходьбу и бег с изменением направления движения; находят и подсчитывают пульс; выполняют ОРУ с гимнастическими палками; повторяют прыжок в длину с разбега на гимнастический мат и выполняют его на оценку; выполняют эстафеты с гимнастическими палками	Повторяют строевые упражнения; учатся находить и подсчитывать пульс до и после нагрузки; развивают координацию при выполнении с гимнастическими палками, соблюдая правила безопасности; контролируют технику выполнения прыжка, замечают и исправляют ошибки	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (прыжок в длину с разбега)	

92	Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Космонавты» Комбинированный			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; ОРУ с гимнастическими палками; контролируют пульс; выполняют упражнения на гибкость и сдают на оценку наклон стоя; повторяют технику и выполняют прыжок в высоту; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	Учатся характеризовать физическую нагрузку по показателям частоты пульса, регулировать ее во время занятия; технически правильно выполнять прыжок в высоту с разбега; развивают гибкость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; ; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (гибкость)	
93	Совершенствование навыков выполнения упражнения на пресс: поднятие туловища из положения лежа на спине; прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Космонавты» Комбинированный			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ; повторяют упражнение на пресс: поднятие туловища из положения лежа на спине; прыжок в высоту с разбега; играют в игру «Космонавты»	Развивают мышцы пресса, закрепляя навык поднимания туловища из положения лежа на спине, прыгучесть и ловкость выполняя прыжок в высоту; соблюдают правила взаимодействия с игроками при проведении игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий	
94	Совершенствование бросков мал. мяча в цель. Контроль за развитием двигательных качеств: поднятие туловища из положения лежа на спине за 1 мин. Игра «Мы веселые ребята» Комбинированный	8.05-14.05		Выполняют ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ с мал. мячом; повторяют броски малого мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); выполняют поднятие туловища из положения лежа на спине за 1 мин. на результат; повторяют правила и играют в игру «Мы веселые ребята»	Учатся поднимать туловище из положения лежа на скорость, развивая скоростно-силовые качества; организовывать и проводить подвижные игры	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (поднятие туловища за 1 мин)	
95	Разучивание упражнений со скакалкой. Повторение прыжков со			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют способы прыжков со	Учатся выполнять прыжки со скакалкой; соблюдать правила безопасности;	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Оrientируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соот-	Текущий	

	скакалкой; бросков мал.мяча в цель.Игра на внимание «Угадай кто ушел» Комбинированный			скакалкой, выполняют прыжки;выполняют броски мал.мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); повторяют правила и играют в игру на внимание «Угадай кто ушел»	развивают внимательность по средством игры	поставленных целей	ветствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
96	Совершенствование навыков прыжков со скакалкой один и в тройках; техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Игра малой подвижности «Кто сказал мяу» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют прыжки со скакалкой разными способами; повторяют как выполняются прыжки со скакалкой в тройках (двое вращают, третий прыгает), делятся на тройки и прыгают; выполняют прыжок в высоту на оценку за технику; повторяют правила и играют в игру «Кто сказал мяу»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой как один, так и в тройках, соблюдая правила безопасности; развивают прыгучесть и силу отталкивания в прыжках в высоту	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками		Контроль техники выполнения (прыжок в высоту)	
97	Правила безопасности на улице. Совершенствование техники высокого,среднего и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением. Бег на 30 м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный	15.05-21.05		Повторяют правила поведения во время урока на улице, одежда и обувь; выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ; повторяют технику высокого,среднего и низкого старта, выполняют бег с ускорением, бег 30м; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Учатся выполнять упражнения для развития скоростных качеств; грамотно использовать технику низкого старта и стартового ускорения	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий	
98	Развитие двигательных качеств во время выполнения упражнений полосы препятствий. Совершенствование техники челночного бега.			Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; выполняют упражнения полосы препятствий; повторяют технику «челночного бега» и выполняют бег 3*10м.; выполняют бег	Развивают скоростно-силовые качества во время бега и выполнения упражнений полосы препятствий; учатся выполнять жизненно важные двигатель-	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	

	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный			на 30 м. на результат; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	ные навыки и умения различными способами в различных условиях	упорство в достижении поставленных целей	характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности		
99	Развитие выносливости посредством бега, прыжков. Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3*10м.. Эстафета с преодолением полосы препятствий. Игра малой подвижности «Ровным кругом» Комбинированный			Выполняют бег на выносливость до 3-х мин.; ОРУ; челночный бег 3*10м на результат; выполняют эстафету с преодолением полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Ровным кругом»	Учатся равномерно распределять свои силы во время длительного бега; развивают скоростно-силовые качества во время различного бега и преодолевая препятствия	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
100	Совершенствование навыков бега на длительное время; метание мал.мяча на дальность. Контроль за развитием двигательных качеств: метание на дальность. Игра «Море волнуется» Комбинированный	22.05-26.05		Выполняют бег до 5-ти мин; ОРУ; повторяют технику метания малого мяча; выполняют метание мал.мяча на дальность и выполняют метание на результат; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся правильной постановке руки при метании мяча на дальность; грамотно использовать технику метания мяча выполняя метание на результат	Оrientируются на доброджелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (метание на дальность)	
101	Развитие выносливости и быстроты в круговой тренировке. Контроль за развитием двигательных качеств: бег 1000м без учета времени. Игра «Вороны и			Выполняют ходьбу и бег с заданиями по кругу; ОРУ; выполняют бег 1000м без учета времени на оценку; повторяют правила и играют в игру «Вороны и воробы»	Развивают выносливость и учатся правильно дышать и распределять силы по дистанции выполняя непрерывный бег на 1000м ;	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый конт-	Контроль двигательных качеств (бег 1000м)	

[illegible]

