

**Тематическое планирование уроков физической культуры во 2»А» классе  
3 часа в неделю (102 часа в год)**

№ урок а	Сроки проведения	ТЕМА УРОКА	Планируемые результаты (предметные)	Характеристика деятельности (личностные и метапредметные)			
				Личностные УУД	Познаватель- ные УУД	Коммуникатив ные УУД	Регулятивн ые УУД
<b>Раздел программы «Знания о физической культуре» (3 часа)</b>							
1		Возникновение первых спортивных соревнований.	Знать: -правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры; -Для чего нужны физические упражнения; -Что такое здоровый образ жизни.	Руководство правилами выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку другу.	Различать допустимые и недопустимые формы поведения.
2		История зарождения древних Олимпийских игр.	Знать: - История развития физической культуры	Развивать готовность к сотрудничеству.	Стремление к физическому совершенству. Формировать потребности к ЗОЖ.	Организация деятельности с учётом требований её безопасности.	Давать ответы на вопросы к рисункам
3		Физические упражнения, их отличие от естественных	Знать: - История развития физической культуры	Физическая подготовка и её связь с развитием основных	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Бережно обращаться с инвентарём, соблюдать	Различать допустимые и недопустим

		движений.		физических качеств	сверстниками и педагогами	требования техники безопасности к месту проведения	ые формы поведения
<b>Раздел программы «Способы физкультурной деятельности» (3 часа)</b>							
4		Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку	Какие упражнения должны содержаться в зарядке Где проводить зарядку Для чего нужна зарядка	Полезная привычка поможет дисциплинировать и правильно организовать вашего ребенка, а в утренние часы позволит получить позитивный энергетический заряд на весь день.	Зарядка помогает ребенку быстрее избавиться от утренней сонливости, обеспечивает прилив энергии и бодрости	Следить за временем, чтобы все успеть.	Пусть войдет в привычку
5		Закаливающие процедуры	Знать: -значение закаливания; влияние на здоровье человека	Основные способы закаливания, обтирание, обливания, душ, купание в водоемах	Уметь выбрать для себя с учётом своих особенностей способ закаливания..	Контролировать температуру своего тела	Бережное отношение к другим людям.
6		Измерение длины и массы тела.	Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Связь развития физической культуры с развитием систем организма	Измерение длины и массы тела, с родителями	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки

**Раздел программы «Физическое совершенствование» (92 часов)**

**«Лёгкая атлетика» (15 часов)**

7		Разновидности ходьбы.	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
8		Ходьба, бег, прыжки.	Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты
9		Бег из разных исходных положений	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
10		Бег с ускорением из низкого старта	Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться
11		Бег с ускорением с высокого старта	Знать технику выполнения	Оценивать собственную	Основы знаний о работе органов	Осуществлять продуктивное	Взаимно контролирова

			высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.	учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	дыхания и сердечно-сосудистой системы.	взаимодействие между сверстниками и педагогами	ть действия друг друга, уметь договариваться
12		Челночный бег 3x10м.	Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).
13		Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку
14		Бег коротким, средним и длинным шагом.	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность

							результата
15		Равномерный, медленный бег до 4 мин.	Уметь пробегать в равномерном темпе 4 минуты	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
16		Прыжки по разметкам. Многоскоки.	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться
17		Прыжки в длину с места. Игра «Пятнашки»	Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
18		Прыжки на левой ноге через скакалку	Знать: - прыжки на двух ногах через скакалку; -осваивать технику	Развивать координационные способности.	Уметь выполнять прыжок на скакалке.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, стремиться их	Объективно оценивать свои умения.

			выполнения прыжков на скакалке.			исправить.	
19		Прыжки в длину с разбега	Уметь правильно выполнять прыжки в длину с разбега и правильно приземляться на две ноги;	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
20		Броски большого набивного мяча (1кг) на дальность двумя руками из-за головы	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
21		Броски большого набивного мяча (1кг) на дальность двумя руками от груди	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
<b>Спортивные игры (21 час)</b>							
22		Игра «Коршуны и	. Знать:	Оказывать	Знать правила	Потребность в	Выполнять

		воробьи»	-необходимость соблюдения правил игры; -умение работать (играть) в команде.	бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	совместную деятельность, распределять роли.
23		Игра «Змейка»	Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д).	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях	Знать правила подвижной игры.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться
24		Игра «Не оступись»	Связь физических качеств с физическим развитием.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
25		Игра «Точно в мишень»	Правила проведения закаливающих процедур.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
26		Игра «Охотники и утки»	Знать упражнения на формирования правильной осанки.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или

							ошибочность результата
27		Игра «Пятнашки». Комбинированные эстафеты	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры.	Проявлять положительные качества личности во время игровых ситуаций	Знать правила подвижной игры.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.
28		Игра «Пингвины с мячом».	Знать названия, правила организации и проведения подвижных игр.	Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
29		Игра «Бой петухов»	Знать упражнения на формирования правильной осанки.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
30		Игра «У медведя во бору» Эстафеты с мячом	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность.	Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.
31		Игра «Быстро по	Организовывать и	Проявлять	Оценивать	Осуществлять	Самостоятель



		местам».	проводить со сверстниками подвижные игры.	стремление к самооценке на основе критериев успешности игровой деятельности	собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	но оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
32		Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.);	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр
33		Игра «Рыбки».	Иметь представление о физической нагрузке и ее влияние на ЧСС.	Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
34		Игра «Не урони мешочек».	Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Знать упражнения для формирования правильной осанки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или

							ошибочность результата
35		Игра «Третий лишний»	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.
36		Игра «Салки-догонялки» Встречная эстафета	Знать правила организации и проведения подвижных игр..	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
37		Игра «Волк во рву»	Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Характеристика основных физических качеств.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
38		Игра «Альпинисты»	Применять правила техники безопасности на уроках подвижных	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Согласованные действия с поведением партнеров;

			игр.	деятельности	игровой деятельности с их учетом	сверстниками и педагогами	контроль, коррекция.
39		Игра «Кто быстрее»	Выполнять правила подвижной игры	Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр
40		Игра «Воробушки»	Знать упражнения на формирования правильной осанки.	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата
41		Игра «Солнце встало»	Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками.	Физические качества и их связь с физическим развитием. Знать правила подвижной игры.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр

42		Игра «Через холодный ручей»	Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками.	Физические качества и их связь с физическим развитием. Знать правила подвижной игры.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр
<b>Гимнастика с основами акробатики (24 часа)</b>							
43		Построение в шеренгу и в колонну. Игра «Становись-разойдись»	Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	Основы гражданской идентичности личности в форме осознания «Я» как гражданина России	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.
44		Размыкание и смыкание в шеренге и колонне на месте. Игра «Смена мест»	Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.	. Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
45		Перекаты в группировке	Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки

46		Кувырок вперед.	Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
47		Кувырок назад.	Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
48		Совершенствован ие кувырка вперед и назад.	Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях
49		Стойка на лопатках согнув ноги.	Правила техники безопасности	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать правила техники безопасности	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях

50		«Мост» из положения лежа на спине. Игра «Петрушка на скамейке»	Влияние физических упражнений на развитие гибкости	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях
51		Перекат вперед в упор присев.	Правила техники безопасности	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать правила техники безопасности	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях
52		Перекат назад в упор присев.	Правила техники безопасности	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать правила техники безопасности	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях
53		Преодоление полосы препятствий.	Применять правила техники безопасности при выполнении	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа	Знать о правилах поведения и техники безопасности	Потребность в общении с учителем Умение слушать	Контролировать учебные действия,

			упражнений с элементами лазания и перелезания.	действия и его результата с заданным эталоном		и вступать в диалог	аргументировать допущенные ошибки
54		Закрепление. Акробатическая комбинация.	Уметь определять пульс до и после нагрузки;	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
55		Упражнение на шведской стенке.	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
56		Лазанье по наклонной шведской стенке.	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать упражнения на формирования правильной осанки.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
57		Лазание по канату. Игра «Змейка».	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	Способность к самооценке на основе критериев успешности	Какой должна быть правильная осанка. Определение	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Согласованно выполнять совместную деятельность

				учебной деятельности	формы осанки.	сверстниками и педагогами	ь в игровых ситуациях
58		Закрепление. Лазание по канату.	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Составление комплекса утренней зарядки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях
59		Передвижения по гимнастическому бревну. Игра «Пройди бесшумно».	Ходьба с изменяющимся темпом и длиной шага	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Уметь выполнять утреннюю зарядку и гимнастику под музыкальное сопровождение.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях
60		Упражнения на равновесие	Комплексы упражнений на развитие координации особенности человеческого тела, функции отдельных органов	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
61		Гимнастические упражнения с палками.	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
62		Гимнастические упражнения с палками в парах.	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной	Способность к самооценке на основе критериев успешности	Анализировать результаты двигательной активности;	Умение аргументировать необходимость выполнения	Контролировать учебные действия,



			деятельности	учебной деятельности	фиксировать её результаты	двигательных действий	аргументировать допущенные ошибки
63		Упражнения на развитие ритмики.	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
64		Ходьба по бревну.	Знать: - обычная ходьба; - ходьба с различным положением рук; - ходьба в равновесии (мешочек на голове).	Формировать правильную осанку, учиться держать равновесие.	Совершенствовать технику ходьбы, характеризовать и исправлять ошибки при выполнении ходьбы на скамейке.	Осваивать работу по отделениям.	Уметь корректировать свои действия и действия в группе.
65		Ходьба с перешагиваниями и через предметы по бревну.	Знать: - ходьба с различным положением рук; - ходьба с перешагиванием через предметы;	Формировать правильную осанку, учиться держать равновесие.	Совершенствовать технику ходьбы, характеризовать и исправлять ошибки при выполнении ходьбы на	Осваивать работу по отделениям.	Уметь корректировать свои действия и действия в группе.

					скамейке.		
66		Ходьба в приседе по бревну.	Знать: - ходьба гусиным шагом. - ходьба с перешагиванием через предметы; - ходьба в равновесии (мешочек на голове).	Формировать правильную осанку, учиться держать равновесие.	Совершенствовать технику ходьбы, характеризовать и исправлять ошибки при выполнении ходьбы на скамейке.	Осваивать работу по отделениям.	Уметь корректировать свои действия и действия в группе.
<b>«Подвижные игры на основе спортивных» (21 час)</b>							
<b>«Подвижные игры на основе баскетбола» (8 часов)</b>							
67		Бросок и ловля мяча на месте.	Знать: - ловля мяча на месте; - правила игры. - Составление режима дня и правила личной гигиены	Проявлять внимание и ловкость при работе с мячом.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.	Осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время учебной деятельности.	Соблюдать правила техники безопасности при работе с баскетбольными мячами.
68		Ловля мяча на месте. Игра «Мяч по кругу».	Знать: - правила игры; - передача и ловля мяча на месте; - передача и ловля мяча в движении;	Проявлять координацию, внимание и ловкость во время проведения подвижных игр.	Характеризовать и исправлять ошибки при работе с мячом.	Сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	Различать допустимые и недопустимые формы поведения во время игры.

69		Ловля мяча в движении.	Знать: - передача мяча от груди и ловля мяча в парах в движении; - правила игры.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения подвижных игр.	Осваивать технические действия из спортивных игр.	Осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время игровой деятельности.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение при работе в парах.
70		Бросок мяча снизу на месте в щит	Знать: - передача мяча снизу на месте; - бросок мяча снизу в цель; - правила игры.	Стремиться побеждать, стремиться улучшить свои результаты.	Совершенствование техники владения мячом.	Взаимодействовать в группах при выполнении технических действий с мячом.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры.
71		Передача мяча от груди	Знать: - передача мяча снизу; - передача мяча от груди; - передача мяча от плеча.	Стремиться побеждать, стремиться улучшить свои результаты.	Совершенствование техники владения мячом.	Осваивать универсальные умения работы в парах.	Оценивать приобретенные навыки владения мячом.
72		Передача мяча из-за головы	Знать: - специальные передвижения без мяча; - передача мяча на месте; - передача и ловля	Проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом.	Характеризовать и исправлять ошибки при работе с мячом.	Осваивать универсальные умения работы в парах.	Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении

			мяча в движении; - «Мяч ловцу»				ии упражнен ий с мячом.
73		Ведение мяча на месте. Игра «Мяч водящему».	Знать: - ведение мяча на месте правой, левой рукой; - правила игры.	Стремиться к победе в игре.	Совершенствовать технику владения мячом.	Осваивать универсальные умения работы в группе.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры.
74		Ведение мяча в медленном беге. Эстафета с мячом.	Знать: - ведение мяча в беге правой, левой рукой.	Проявлять внимание, быстроту и ловкость во время эстафет.	Осваивать технику владения мячом.	Взаимодействовать в группах при выполнении технических действий в играх.	Соблюдать правила техники безопасности при проведении эстафет.
<b>Подвижные игры на основе волейбола ( 8 часов)</b>							
75		Перемещения. Ходьба и бег по сигналу.	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время подвижных игр.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
76		Остановка скачком после ходьбы и бега.	Осваивать двигательные действия, составляющие	Достижение лично значимых результатов в	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время	Принимать адекватные решения

			содержание подвижных игр.	физическом совершенстве.	учебного материала и поставленной учебной целью;	подвижных игр.	в условиях игровой деятельности.
77		Передача мяча подброшенного партнером	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Проявлять внимание и ловкость во время передачи мяча	Осваивать технику передачи мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при передаче мяча
78		Во время перемещения по сигналу – передача мяча.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Проявлять внимание и ловкость во время передачи мяча	Осваивать технику передачи мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при передаче мяча
79		Передача в парах	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Проявлять внимание и ловкость во время передачи мяча	Осваивать технику передачи мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при передаче мяча
80		Передачи у стены	Правила проведения подвижных игр во время занятий.	Проявлять внимание и ловкость во время передачи мяча	Осваивать технику передачи мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при передаче мяча

81		Прием снизу двумя руками.	Прием снизу двумя руками. Мяч набрасывает партнер. Игра «Пионербол». Развитие быстроты и координации	Проявлять внимание и координацию во время приема мяча	Совершенствовать технику приема мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при приеме мяча
82		Передача мяча, брошенного партнером через сетку.	Передача мяча, брошенного партнером через сетку.	Проявлять внимание и ловкость во время передачи мяча	Осваивать технику передачи мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при передаче мяча
<b>Подвижные игры на основе футбола (5 ч)</b>							
83		Ведение мяча	Строевые упражнения. Ходьба и бег с остановками по сигналу. Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы.	Проявлять внимание и ловкость во время ведения мяча	Осваивать технику ведения мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при ведении мяча
84		Ведение мяча внешней стороной стопы	Ведение мяча с ускорением по кругу, между стоек. Челночный бег. Бег с ускорениями по сигналу.	Проявлять внимание и ловкость во время ведения мяча	Осваивать технику ведения мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при ведении мяча

85		Ведение мяча внутренней стороной стопы	Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы. Удар с места и небольшого разбега по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	Проявлять внимание и ловкость во время удара по мячу	Осваивать технику удара мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при ударе по мячу
86		Удар по неподвижному мячу	Удар с разбега по катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игра Мини-футбол	Проявлять внимание и ловкость во время удара по мячу	Осваивать технику удара мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при ударе по мячу
87		Остановка катящегося мяча	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.	Проявлять внимание и ловкость во время остановки мяча	Осваивать технику остановки мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий	Соблюдать правила техники безопасности при остановке мяча
<b>«Легкая атлетика» (15 часов)</b>							
88		Бег с изменением направления.	Знать: - бег с изменением направления; - бег в колонне.	Развивать скорость, выносливость.	Описывать технику выполнения беговых упражнений.	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений
89		Бег в колонне	Знать:	Развивать скорость,	Описывать	Умение	Соблюдать

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег с изменением направления;</li> <li>- бег в колонне.</li> </ul>	выносливость.	технику выполнения беговых упражнений.	сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	ь правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице.
90		Прыжки на скакалке	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки со скакалкой на месте;</li> <li>- в движении;</li> <li>- прыжки со скакалкой в парах;</li> <li>- игры со скакалкой.</li> </ul>	Значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.	Уметь объяснить правила и организовать игру в группе.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр со скакалкой.
91		Игры с прыжками со скакалкой	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прыжки со скакалкой на месте;</li> <li>- в движении;</li> <li>- прыжки со скакалкой в парах;</li> <li>- игры со скакалкой.</li> </ul>	Значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.	Уметь объяснить правила и организовать игру в группе.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр со скакалкой.



92		Метание малого мяча с места на дальность.	Знать: - технику выполнения метания малого мяча на дальность.	Проявлять качества силы, координации и быстроты при метании малого мяча.	Осваивать технику метания малого мяча на дальность.	Взаимодействовать в парах при выполнении метания малого мяча.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.
93		Метание малого мяча в вертикальную цель.	Знать: - технику выполнения метания малого мяча на дальность.	Проявлять качества силы, координации и быстроты при метании малого мяча.	Осваивать технику метания малого мяча на дальность.	Взаимодействовать в парах при выполнении метания малого мяча.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.
94		Метание малого мяча в горизонтальную цель.	Знать: - технику выполнения метания малого мяча на дальность.	Проявлять качества силы, координации и быстроты при метании малого мяча.	Осваивать технику метания малого мяча на дальность.	Взаимодействовать в парах при выполнении метания малого мяча.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.
95		Ходьба и бег с изменением темпа.	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Формировать потребности к ЗОЖ.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Контролировать режимы физической нагрузки на организм.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки

96		Бег на скорость Игра «Мышеловка».	Правила и технику выполнения челночного бега	Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.	Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
97		Бег 30 м. Игра «Пятнашки» ,	Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, длины шагов бега и где их можно применять;	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
98		Бег с преодолением препятствий	Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, длины шагов бега и где их можно применять;	Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии	Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки
99		Бег с изменением направления.	Знать: - бег с изменением направления; - бег в колонне.	Развивать скорость, выносливость.	Описывать технику выполнения беговых упражнений.	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении

							упражнений
100		Бег в колонне	Знать: - бег с изменением направления; - бег в колонне.	Развивать скорость, выносливость.	Описывать технику выполнения беговых упражнений.	Умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице.
101		Прыжки на скакалке	Знать: - прыжки со скакалкой на месте; - в движении; - прыжки со скакалкой в парах; - игры со скакалкой.	Значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.	Уметь объяснить правила и организовать игру в группе.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр со скакалкой.

102		Игры с прыжками со скакалкой	Знать: - прыжки со скакалкой на месте; - в движении; - прыжки со скакалкой в парах; - игры со скакалкой.	Значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.	Уметь объяснить правила и организовать игру в группе.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр со скакалкой.
-----	--	------------------------------	--	--	--	---	---