

1. Планируемые результаты и содержание образовательной области «Физическая культура» на уровне начального общего образования.

Физическая культура (для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке).

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

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

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

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

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

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

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

- *выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;*
- *характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.*

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

- *вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;*
- *целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;*
- *выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.*

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- *сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*
- *выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*
- *играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;*
- *выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*
- *плавать, в том числе спортивными способами;*
- *выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).*

2. Содержание учебного предмета. Физическая культура.

1 класс.

Знания о физической культуре (3ч.)

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.

Способы физкультурной деятельности (3ч.)

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.

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

Физическое совершенствование.

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

Спортивно - оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики (15ч.) 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 вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.

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

Лёгкая атлетика (26ч.) Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки (12ч.) Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Плавание. Подводящие упражнения: вхождение в воду; передвижение по дну бассейна; упражнения на всплытие; лежание и скольжение; упражнения на согласование работы рук и ног. Проплавание учебных дистанций: произвольным способом.

¹ Элементы видов спорта могут быть заменены на другие с учетом наличия материально-технической базы в общеобразовательной организации, а так же климато-географических и региональных особенностей.

Подвижные и спортивные игры (34ч.) 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.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча. подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча. подвижные игры на материале волейбола.

Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

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.

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 лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими 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, лёжа; 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), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра 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 поочерёдно.

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.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности.

На материале плавания

Развитие выносливости: повторное проплывание отрезков на ногах, держась за доску; повторное скольжение на груди с задержкой дыхания; повторное проплывание отрезков одним из способов плавания.

2 КЛАСС.

Знания о физической культуре (3ч.)

Физическая культура. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Из истории физической культуры. Особенности физической культуры разных народов.

Физические упражнения. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.

Способы физкультурной деятельности (3ч.)

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.

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

Физическое совершенствование

Физкультурно - оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Спортивно - оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики (16ч.) 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 вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) равновесие, мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев, кувырок вперед.

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

Лёгкая атлетика (26ч.) Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки (12ч.) Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Подвижные и спортивные игры (36ч.) 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.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча.

Волейбол: подбрасывание мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

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 поочерёдно 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 лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее 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, лёжа; 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 лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и

влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра 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 поочерёдно.

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 двухтрёх 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.

Плавание: часы из раздела плавания переданы в раздел спортивные игры, в связи с отсутствием материально-технической базы.

3 КЛАСС.

Знания о физической культуре (3ч.)

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

Из истории физической культуры. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. **Физические упражнения.** Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Способы физкультурной деятельности (3ч.)

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 частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

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

Физическое совершенствование

Физкультурно - оздоровительная деятельность.

Комплексы дыхательных упражнений.

Спортивно- оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики (16 ч.) 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 вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд, стойка на лопатках.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с

элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика (26 ч.) Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки (12 ч.) Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Плавание: часы из раздела плавания переданы в раздел спортивные игры, в связи с отсутствием материально-технической базы.

Подвижные и спортивные игры (36 ч.) 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; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

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 поочерёдно 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 лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее 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, лёжа; 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 лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра 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 поочерёдно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челн очный 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 двухтрёх 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.

Плавание: часы из раздела плавания переданы в раздел спортивные игры, в связи с отсутствием материально-технической базы.

4 КЛАСС.

Знания о физической культуре (3ч.)

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

Из истории физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности (3ч.)

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 частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

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

Физическое совершенствование

Физкультурно - оздоровительная деятельность.

Гимнастика для глаз.

Спортивно - оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики (16 ч.) 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 вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) равновесие, кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд, стойка на лопатках, полушпагат.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

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

Лёгкая атлетика (26 ч.). Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки (12ч.) Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Подвижные и спортивные игры (36ч.) 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. Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

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 поочерёдно 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 лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими 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, лёжа; 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 лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра 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 поочерёдно.

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

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

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

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух - трёх 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.

Плавание: часы из раздела плавания переданы в раздел спортивные игры, в связи с отсутствием материально-технической базы.

Тематическое планирование.

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов (уроков)			
		Класс			
		1	2	3	4
1	Знания о физической культуре	3	3	3	3
2	Способы физкультурной деятельности	3	3	3	3
3	Физическое совершенствование:				
	гимнастика с основами акробатики	15	16	16	16
	легкая атлетика	26	26	26	26
	самбо	6	6	6	6
	лыжные гонки	12	12	12	12
	подвижные игры	34	36	36	36
4	Общеразвивающие упражнения (в содержании соответствующих разделов)	В процессе урока			

Календарно - тематическое планирование для обучающихся 1 класса

№ п/п	Тема урока	Содержание предмета	Характеристика видов деятельности учащихся	Планируемые результаты			Дата проведения	
				Личностные	Метапредметные	Предметные	План	Факт
Знания о физической культуре (2 часа)								
1	Понятие о физической культуре.	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Проявляют Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научаться: -соблюдать правила безопасного поведения на уроке; -выполнять действия по образцу.		
2	Основные способы передвижения человека.	Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба как жизненно важные способы передвижения человека	Выявлять различия в основных способах передвижения человека.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры в помещении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками.		

					общении и взаимодействии.			
Легкая атлетика (11)								
3	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, из разных исходных положений: челночный бег, высокий старт с последующим ускорением.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	Ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научаться: -выполнять команды на построения и перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики.		
4	Беговая подготовка.	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.	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	П: самостоятельно ставят, формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	Научатся: -выполнять организующие строевые команды и приемы; -выполнять беговую разминку; -выполнять бег с высокого старта.		
5	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с высоким подниманием	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять	Раскрывают внутреннюю позицию школьника;	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в	Научатся: -выполнять легкоатлетическое упражнения		

		бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.	характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	стремятся хорошо учиться, сориентированы на участие в делах школы.	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	(ч/б); -технически правильно выполнять поворот в челночном беге.		
6	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать и осваивать технику прыжковых упражнений.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжках вверх и длину с места; -контролировать пульс.		
7	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
8	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на	Определять и кратко	Ориентируются на активное	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные	Научатся: -характеризовать		

		одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
9	Метание малого мяча	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Оrientируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать правила взаимодействия с игроками команды.		
10	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Оrientируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать правила взаимодействия с игроками команды.		

					регуляции своего действия.			
11	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		
12	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		
13	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		

			метании.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
Подвижные игры, элементы спортивных игр (14 часов)								
14	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола Разучивание игры «Осада города».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
15	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбол Разучивание игры «Осада города».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		

16	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
17	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
18	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале	Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		

		баскетбола. Разучивание игры «Мяч из круга»			К: используют речь для регуляции своего действия.			
19	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Мяч из круга»	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
20	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Грибы-шалун ы»	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		
21	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		

		игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Грибы-шалун ы»			К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности			
22	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
23	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
24	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействие		

		мячом в парах. Разучивание игры «Гонки мячей в колоннах		мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	вать со сверстниками по правилам игры с мячом		
25	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Разучивание игры «Гонки мячей в колоннах	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
26	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
27	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося,	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами;		

		упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	спортивных игр	развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	-взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
Гимнастика с основами акробатики (15 ч.)								
28	Знания о физической культуре. Профилактика травматизма.	Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. К: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила безопасности.		

29	Способы физкультурной деятельности . Закаливание и правила поведения закаливающих процедур.	Выполнение простейших процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физ. культминутки). комплексов упражнений для формирования осанки и развития мышц туловища, развитие основных физических качеств.	Оценивать свое состояние после закаливающих процедур	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
30	Движение и передвижение строем.	Организующие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организующие строевые команды и приемы.		
31	Движение и передвижение строем.	Организующие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организующие		

				нестандартных ситуациях.	К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	строевые команды и приемы.		
32	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
33	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
34	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках,	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении;		

		кувырки вперед. Акробатические комбинации.		-нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	- соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
35	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
36	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
37	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по		

		элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейки.	гимнастических упражнений прикладной направленности.	деятельности и формирование личностного смысла учения.	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	образцу учителя.		
38	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
39	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
40	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во		

				сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	распределении функций и ролей в совместной деятельности.	время занятий физическими упражнениями.		
41	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
42	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
43	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой	Описывать технику гимнастических	Ориентируются на	П: самостоятельно формулируют проблемы.	Научатся: -соблюдать		

		гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	упражнений на снарядах.	доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
44	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
Самбо (6 часов)								
45	Самбо Приёмы самостраховки	На спину перекатом,на бок перекатом,при падение вперед на руки,при падении на	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими		

		спину через мост.		трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	упражнениями		
46	Самбо Приёмы самоохраны-к и	На спину перекатом,на бок перекатом,при падение вперед на руки,при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
47	Самбо Приёмы самоохраны-к и	На спину перекатом, на бок перекатом ,при падение вперед на руки, при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
48	Самбо Изучение приемом в положении лежа.	Удержание. Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий		

			упражнений	ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	физическими упражнениями		
49	Самбо Изучение приемом в положении лежа.	Удержание. Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
50	Самбо Броски.	Выведение из равновесия партнера стоящего на коленях. игры-задания и учебные схватки на выполнение изученных выведений из равновесия.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
	Знания о физической культуре (1 час)							
51	Способы физкультурной деятельности Значение	Составления режима дня.	Режим дня и его планирование.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося,	П: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры;		

	режима дня и его планирование.			развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	-выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
Лыжные гонки(12 ч.)								
52	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжную.		
53	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжную.		

					регуляции своего действия.			
54	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжню.		
55	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжню.		
56	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями,	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно		

		инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .		мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протапывая лыжню.		
57	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протапывая лыжню.		
58	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		

59	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
60	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
61	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
62	Технические действия на	Повороты; спуски;	Объяснять технику выполнения	Проявляют дисциплинирова	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные	Научатся: -выполнять		

	лыжах	подъёмы; торможение.	поворотов, спусков и подъемов и торможений.	н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
63	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
Подвижные и спортивные игры (14 ч.)								
64	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по непод-вижному и ка-тящемуся мячу: остановка мя-ча, ведение мя-ча:подвижн ые игры на мате-риале футбола. Эстафеты.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски и ловлю мяча; -выполнять ОРУ с мячами		
65	Спортивные игры- мини	На материале спортивных	Описывать разучиваемые	Ориентируют на принятие и	П: используют общие приемы решения поставленных задач;	Научатся: -выполнять		

	футбол	игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: останов-ка мяча, веде-ние мяча: под-вижные игры на материале футбола. Эстафеты	технические действия из спортивных игр	освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	ведение мяча на месте и в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
66	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча :подвижные игры на	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте и в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
67	Спортивные игры- мини футбол	материале футбола. П/И «Гонка мячей»	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействие со сверстниками по правилам игры с мячом		
68	Спортивные игры- мини	На материале спортивных	Взаимодействовать в парах группах	Ориентируют на принятие и	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы	Научатся: Выполнять		

	футбол	игр. Футбол: удар по неподвижному и движущемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча: подвижные игры на материале футбола. П/И «Квадрат»	при выполнении технических действий из спортивных игр	освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	удары по мячу, взаимодействие со сверстниками по правилам игры с мячом		
69	Спортивные игры- мини футбол		Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействие со сверстниками по правилам игры с мячом		
Подвижные игры, элементы спортивных игр (8 ч.)								
70	Обучение броскам и ловле мяча через сетку. Разучивание игры «Перекинь мяч»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять броски мяча через сетку и ловить высоко летящий мяч		
71	Совершенствование броска мяча	Волейбол: подбрасывание мяча; подача	Моделировать технические действия в игровой	Ориентируют на принятие и освоение	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач.	Научатся: -выполнять броски через		

	через сетку. Разучивание игры «Забросай противника мячами».	мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	деятельности	социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	сетку; -играть в игру.		
72	Развитие ловкости, координации в точности бросков мяча через сетку. П/и «Забросай противника мячами».	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -точно выполнять броски; - соблюдать правила безопасности.		
73	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять правила игры.		
74	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча;	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации.	Научатся: -выполнять броски с дальних расстояний.		

	расстояний.	подвижные игры на материале волейбола.	игровой деятельности	достижении поставленных целей.	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.			
75	Совершенствование бросков и ловли мяча. Разучивание игры в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
76	Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять правила игры.		
77	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -выполнять правила игры.		

		волейбола.			К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
78	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
79	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
80	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять		

				трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
81	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
82	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
83	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья;		

				нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	-выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
84	Способы физкультурн ой деятельности . Измерение показателя физического развития.	Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств	Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П:используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
Легкая атлетика (15 ч.)								
85	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. П/и «Вышибалы»	Описывать технику бросков набивного мяча	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски набивного мяча из-за головы; -соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
86	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
87	Броски	Броски:	Соблюдать правила	Проявляют	П: самостоятельно выделяют и	Научатся:		

	большого мяча	большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	-технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
88	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
89	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
90	Метание	Метание:	Описывать технику	Ориентируются	П: самостоятельно выделяют и	Научатся:		

	малого мяча.	малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	метания мяча	на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	-выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
91	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. К: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с места		
92	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
93	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на	Описывать технику прыжковых	Раскрывают внутреннюю	П: ориентируются в разнообразии способов	Научатся: -технически		

		одной ногой и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	упражнений	позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
94	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
95	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега		
96	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении	Ориентируются на активное взаимодействие со	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые	Научатся: -равномерно распределять свои силы во		

			беговых упражнений	сверстниками; проявляют дисциплиниро- ван-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	время продолжительно -го бега		
97	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплиниро- ван-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно -го бега		
98	Беговая подготовка	Развитие выносливости. Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимо-действие со свер-стниками; прояв-ляют дисциплини-ров анность, тру-долюбие и упорс-тво в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно -го бега		
99	Беговая подготовка		Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно		

				дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	-го бега		
--	--	--	--	--	---	----------	--	--

Календарно - тематическое планирование для обучающихся 2 класса

№ п/п	Тема урока	Содержание предмета	Характеристика видов деятельности учащихся	Планируемые результаты			Дата проведения	
				Личностные	Метапредметные	Предметные	План	Факт
Знания о физической культуре (2 часа)								
1	Общее представлен ие о физических развитии	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Проявляют Учебно- познавательный интерес к новому учебному материалу.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научаться: -соблюдать правила безопасного поведения на уроке; -выполнять действия по образцу.		
2	Общее представлен ие о физических качествах	Характеристик а основных физических качеств: силы быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	Выявлять различия в основных способах передвижения человека.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры в помещении; -соблюдать правила взаимодействия		

				нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	с игроками.		
Легкая атлетика (11)								
3	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедро, прыжками и с ускорением, из разных исходных положений: челночный бег, высокий старт с последующим ускорением.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	Ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научаться: -выполнять команды на построения и перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики.		
4	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедро, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	П: самостоятельно ставят, формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	Научатся: -выполнять организующие строевые команды и приемы; -выполнять беговую разминку; -выполнять бег с высокого старта.		
5	Беговая подготовка.	Беговые	Описывать технику беговых	Раскрывают внутреннюю	П: ориентируются в разнообразии способов	Научатся: -выполнять		

		упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.	упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	позицию школьника; стремятся хорошо учиться, сориентированы на участие в делах школы.	решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	легкоатлетическое упражнение (ч/б); -технически правильно выполнять поворот в челночном беге.		
6	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать и осваивать технику прыжковых упражнений.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять легкоатлетическое упражнение; -технике движения рук и ног в прыжках вверх и длину с места; -контролировать пульс.		
7	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших		

				поставленных целей.	взаимодействии.	учеников.		
8	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
9	Метание малого мяча	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать правила взаимодействия с игроками команды.		
10	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать		

				упорство в достижении поставленных целей.	действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	правила взаимодействия с игроками команды.		
1 1	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		
1 2	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		
1 3	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		

			метании.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
Подвижные игры, элементы спортивных игр (14 часов)								
14	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола Разучивание игры «Осада города».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
15	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбол Разучивание игры «Осада города».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		

16	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
17	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
18	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале	Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		

		баскетбола. Разучивание игры «Мяч из круга»			К: используют речь для регуляции своего действия.			
19	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Мяч из круга»	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
20	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Грибы-шалун ы»	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		
21	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		

		игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Грибы-шалун ы»			К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности			
22	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
23	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
24	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействие		

		мячом в парах. Разучивание игры «Гонки мячей в колоннах		мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	вать со сверстниками по правилам игры с мячом		
25	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Разучивание игры «Гонки мячей в колоннах	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
26	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
27	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося,	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами;		

		упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	спортивных игр	развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	-взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
Знания о физической культуре (2)								
28	Что такое физическая нагрузка	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращении.	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. К: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила безопасности.		
29	Способы физкультурной деятельности . Закаливание и правила поведения закаливающих процедур.	Выполнение простейших процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физ. минутки). комплексов упражнений для формирования осанки и развития мышц	Оценивать свое состояние после закаливающих процедур	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		

		туловища, развитие основных физических качеств.						
Гимнастика с основами акробатики (16 часов)								
30	Движение и передвижение строем.	Организующие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организующие строевые команды и приемы.		
31	Движение и передвижение строем.	Организующие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организующие строевые команды и приемы.		

32	Акробатика.	Акробатически е упражнения, упоры, седы , упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатически е комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
33	Акробатика.	Акробатически е упражнения, упоры, седы , упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатически е комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
34	Акробатика.	Акробатически е упражнения, упоры, седы , упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатически е комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		

				целей.				
35	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
36	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
37	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		

		гимнастическо й скамейки.			регуляции своего действия.			
38	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастическо й стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастическо й скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
39	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастическо й стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастическо й скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
40	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательн ое общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова -нность, трудолюбие и	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		

				упорство в достижении поставленных целей.				
41	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
42	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
43	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками;	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий		

				проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	ролей в совместной деятельности.	физическими упражнениями.		
44	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики Гимнастика с основами акробатики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
45	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики Гимнастика с основами акробатики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
Самбо (6 часов)								
46	Самбо Приёмы	На спине перекатом,на	Соблюдать правила техники	Ориентируются на активное	П: используют общие приемы решения поставленных задач;	Научатся: -соблюдать		

	самостраховки	бок перекатом,при падение вперед на руки,при падении на спину через мост.	безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
47	Самбо Приёмы самостраховки	На спину перекатом,на бок перекатом,при падение вперед на руки,при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
48	Самбо Приёмы самостраховки	На спину перекатом, на бок перекатом ,при падение вперед на руки, при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
49	Самбо	Удержание.	Соблюдать	Ориентируются	П: используют общие приемы	Научатся:		

	Изучение приемом в положении лежа.	Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	-соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
50	Самбо Изучение приемом в положении лежа.	Удержание. Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
51	Самбо Броски.	Выведение из равновесия партнера стоящего на коленях. игры-задания и учебные схватки на выполнение изученных выведений из равновесия.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		

52	Знания о физической культуре (1 час)							
	Возникновение первых соревнований.	История развития физической культуры и первых соревнований.	Пересказывать тексты по физической культуре.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П:используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
Лыжные гонки (12 ч.)								
53	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П:используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р:планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К:используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжню.		
54	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	П:используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р:планируют свои действия в соответствии с поставленной	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу,		

		на лыжах. .		смысла учения.	задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	протаптывая лыжную.		
55	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжную.		
56	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжную.		

57	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжню.		
58	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжню.		
59	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила		

				целей.	сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
60	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
61	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
62	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения		

Подвижные и спортивные игры (14 ч.)

65	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча: подвижные игры на материале футбола. Эстафеты.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски и ловлю мяча; -выполнять ОРУ с мячами		
66	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча: подвижные игры на материале футбола. Эстафеты	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте и в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
67	Спортивные	На материале	Описывать	Ориентируют на	П: используют общие приемы	Научатся:		

	игры- мини футбол	спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча :подвижные игры на	разучиваемые технические действия из спортивных игр	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	-выполнять ведение мяча на месте и в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
68	Спортивные игры- мини футбол	материале футбола. П/И «Гонка мячей»	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
69	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча: подвижные игры на материале футбола. П/И	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		

70	Спортивные игры- мини футбол	«Квадрат»	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействие со сверстниками по правилам игры с мячом		
Подвижные игры, элементы спортивных игр (8 ч.)								
71	Обучение броскам и ловле мяча через сетку. Разучивание игры «Перекинь мяч»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять броски мяча через сетку и ловить высоко летящий мяч		
72	Совершенствование броска мяча через сетку. Разучивание игры «Забросай противника мячами».	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски через сетку; -играть в игру.		
73	Развитие ловкости,	Волейбол: подбрасывание	Соблюдать дисциплину и	Раскрывают внутреннюю	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы	Научатся: -точно		

	координации в точности бросков мяча через сетку. П/и «Забросай противника мячами».	мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	выполнять броски; - соблюдать правила безопасности.		
74	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять правила игры.		
75	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних расстояний.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски с дальних расстояний.		
76	Совершенствование бросков и	Волейбол: подбрасывание мяча; подача	Осваивать универсальные умения управлять	Ориентируют на принятие и освоение	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач.	Научатся: -выполнять правила игры.		

	ловли мяча. Разучивание игры в пионербол.	мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	эмоциями во время учебной и игровой деятельности	социальной роли обучающегося.	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
77	Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять правила игры.		
78	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
79	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно	Научатся: -выполнять правила игры.		

		материале волейбола.		целей.	воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
80	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
81	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		

82	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
83	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
84	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		

				целей.				
85	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
86	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
87	Способы физкультурной деятельности . Измерение показателя физического развития.	Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств	Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П:используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		

Легкая атлетика (15 ч.)								
88	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. П/и «Вышибалы»	Описывать технику бросков набивного мяча	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски набивного мяча из-за головы; -соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
89	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
90	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
91	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой		

				дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	руки)		
92	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
93	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
94	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на	Описывать технику прыжковых упражнений	Проявляют положительные качества личности и	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления.	Научатся: -технически правильно выполнять		

		месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.		управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. К: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	прыжок в длину с места		
95	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
96	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
97	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту;	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила		

		спрыгивание и запрыгивание.		взрослыми	К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	безопасности		
98	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		
99	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		
100	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		

				достижении поставленных целей.	деятельности.			
101	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		
102	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		

Календарно - тематическое планирование для обучающихся 3 класса

№ п/п	Тема урока	Содержание предмета	Характеристика видов	Планируемые результаты	Дата проведения
-------	------------	---------------------	----------------------	------------------------	-----------------

			деятельности учащихся	Личностные	Метапредметные	Предметные	План	Факт
Знания о физической культуре (2 часа)								
1	Общее представле ние о физическом развитии.	Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.	Характеризовать показатели физического развития.	Проявляют Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научаться: -соблюдать правила безопасного поведения на уроке; -выполнять действия по образцу.		
2	Общее представле ние о физических качествах.	Характеристик а основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	Характеризовать показатели физической подготовки.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры в помещении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
Легкая атлетика (11)								
3	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с	Различать упражнения по	Ориентируются на развитие	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные	Научаться: -выполнять		

		высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, из разных исходных положений: челночный бег, высокий старт с последующим ускорением.	воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации.	цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	команды на построения и перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики.		
4	Беговая подготовка.	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.	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	П: самостоятельно ставят, формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	Научатся: -выполнять организующие строевые команды и приемы; -выполнять беговую разминку; -выполнять бег с высокого старта.		
5	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; стремятся	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной	Научатся: -выполнять легкоатлетическое упражнение (ч/б);		

		ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.	ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	хорошо учится, сориентированы на участие в делах школы.	задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	-технически правильно выполнять поворот в челночном беге.		
6	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать и осваивать технику прыжковых упражнений.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжках вверх и длину с места; -контролировать пульс.		
7	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших		

				поставленных целей.	взаимодействии.	учеников.		
8	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
9	Метание малого мяча	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать правила взаимодействия с игроками команды.		
10	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила	Ориентируются на активное общение и взаимодействие	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь		

		дальность.	техники безопасности при метании.	со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать правила взаимодействия с игроками команды.		
11	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		
12	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		

				трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
13	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Оrientируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		

Подвижные игры, элементы спортивных игр (14 часов)

14	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола Разучивание игры «Осада	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
----	--	--	--	---	--	--	--	--

		города».						
15	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбол Разучивание игры «Осада города».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
16	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки».	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
17	Подвижные игры на основе	Баскетбол: специальные передвижения	Моделировать технические действия в игровой	Раскрывают внутреннюю позицию	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач.	Научатся: -выполнять броски мяча		

	баскетбола	без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки».	деятельности	школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
18	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Мяч из круга»	Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
19	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		

		баскет-бола.Раз учива-ние игры «Мяч из круга»		смысла учения.	К: используют речь для регуляции своего действия.			
20	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; веде-ние мяча; брос-ки мяча в кор-зину; подвиж-ные игры на материале бас-кетбола. Разу-чивание игры «Грибы-шалун ы	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		
21	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; веде-ние мяча; брос-ки мяча в кор-зину; подвиж-ные игры на материале бас-кетбола.Раз учи-вание игры «Грибы-шалун ы	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		
22	Подвижные игры на основе	Баскетбол: специальные передвижения	Соблюдать дисциплину и правила техники	Проявляют дисциплинирова н-ность,	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач.	Научатся: -выполнять бросок мяча в		

	баскетбола	без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
23	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
24	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Разучивание игры «Гонки	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с		

		мячей в колоннах		личностного смысла учения	правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	мячом		
25	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Разучивание игры «Гонки мячей в колоннах	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
26	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
27	Подвижные игры на	Развитие скоростных	Взаимодействовать в парах группах	Ориентируют на принятие и	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы	Научатся: -выполнять		

	основе баскетбола	качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	при выполнении технических действий из спортивных игр	освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
Способы физической деятельности (2 часа)								
28	Измерение показателей развития физических качеств.	Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств.	Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартами значениями.	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Научатся: -соблюдать правила безопасности.		

29	Способы физкультурной деятельности . Комплексы упражнений для развития физических качеств.	Выполнение простейших процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки), комплексов упражнений для формирования осанки и развития мышц туловища, развитие основных физических качеств.	Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели; на развитие силы, быстроты, выносливости.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
Гимнастика с основами акробатики (16 часов)								
30	Движение и передвижение в строю.	Организовывающие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организовывающие строевые команды и приемы.		

					деятельности.			
31	Движение и передвижение строем.	Организующие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организующие строевые команды и приемы.		
32	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		

				поставленных целей.				
33	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
34	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
35	Акробатика.	Акробатические упражнения, упоры, седы, упражнения в группировке,	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать		

		перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатические комбинации.		сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
36	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
37	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		

		гимнастическо й скамейки.			регуляции своего действия.			
38	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастическо й стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастическо й скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
39	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастическо й стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастическо й скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
40	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательн ое общение и взаимодействие	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения		

		«Тараканчики		со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
41	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
42	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		

				трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.				
43	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
44	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики Гимнастика с основами акробатики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		

45	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики Гимнастика с основами акробатики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
Самбо (6 часов)								
46	Самбо Приёмы самостраховки	На спину перекатом,на бок перекатом,при падение вперед на руки,при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
47	Самбо Приёмы самостраховки	На спину перекатом,на бок перекатом,при падение	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения		

		вперед на руки,при падении на спину через мост.	Описывать технику упражнений .	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	травматизма во время занятий физическими упражнениями		
48	Самбо Приёмы самостраховки	На спину перекатом, на бок перекатом ,при падение вперед на руки, при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
49	Самбо Изучение приемом в положении лежа.	Удержание. Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		

				целей.	речь для регуляции своего действия.			
50	Самбо Изучение приемом в положении лежа.	Удержание. Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
51	Самбо Броски.	Выведение из равновесия партнера стоящего на коленях. игры-задания и учебные схватки на выполнение изученных выведений из равновесия.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
	Знания о физической культуре (1 час)							
52	Возникновение и первых соревнований	История развития физической культуры и	Пересказывать тексты по физической культуре.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли	П: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные		

	й.	первых соревнований.		обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
Лыжные гонки (12 ч.)								
53	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжню.		
54	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на		

		Передвижение на лыжах. .		личностного смысла учения.	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	лыжах по кругу, протапывая лыжню.		
55	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протапывая лыжню.		
56	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу,		

		на лыжах. .		смысла учения.	задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	протаптывая лыжную.		
57	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжную.		
58	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах.	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая		

		.			реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	лыжную.		
59	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
60	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
61	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы;	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков	Проявляют дисциплинирова	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	Научатся: -выполнять торможение		

		торможение.	и подъемов и торможений.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травмы на уроке физкультуры.		
62	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъемы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
63	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъемы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры		

					интересов.			
64	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
Подвижные и спортивные игры (14 ч.)								
65	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча:подвижные игры на материале футбола.Эстафеты.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски и ловлю мяча; -выполнять ОРУ с мячами		
66	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте и в движении; -соблюдать правила		

		движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча: подвижные игры на материале футбола. Эстафеты		деятельности и формирование личностного смысла учения	реализации; оценивают правильность выполнения действия. К:используют речь для регуляции своего действия.	взаимодействия с игроками		
67	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча :подвижные игры на	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П:используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р:планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К:используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте и в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
68	Спортивные игры- мини футбол	материале футбола. П/И «Гонка мячей»	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П:самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р:планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		

					К: используют речь для регуляции своего действия.			
69	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по неподвижному и движущемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча: подвижные игры на материале футбола. П/И	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
70	Спортивные игры- мини футбол	«Квадрат»	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
Подвижные игры, элементы спортивных игр (8 ч.)								
71	Обучение броскам и ловле мяча через сетку.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и	Описывать разучиваемые технические действия из	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые	Научатся: -выполнять броски мяча через сетку и		

	Разучивание игры «Переки-нь мяч»	передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	спортивных игр	упорство в достижении поставленных целей.	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	ловить высоко летящий мяч		
72	Совершенствование броска мяча через сетку. Разучивание игры «Забросай противника мячами».	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски через сетку; -играть в игру.		
73	Развитие ловкости, координации в точности бросков мяча через сетку. П/и «Забросай противника мячами».	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -точно выполнять броски; - соблюдать правила безопасности.		
74	Подвижная	Волейбол:	Осваивать	Раскрывают	П: используют общие приемы	Научатся:		

	игра «Вышибалы через сетку»	подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	-выполнять правила игры.		
75	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних расстояний.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски с дальних расстояний.		
76	Совершенствование бросков и ловли мяча. Разучивание игры в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию;	Научатся: -выполнять правила игры.		

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
77	Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять правила игры.		
78	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
79	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -выполнять правила игры.		

		волейбола.			К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
80	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
81	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		

82	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
83	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
84	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия;	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления		

		бросит».		дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
85	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
86	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		

87	Способы физкультурной деятельности . Измерение показателя физического развития.	Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств	Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П:используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
Легкая атлетика (15 ч.)								
88	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. П/и «Вышибалы»	Описывать технику бросков набивного мяча	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски набивного мяча из-за головы; -соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
89	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
90	Броски	Броски:	Соблюдать правила	Проявляют	П: самостоятельно выделяют и	Научатся:		

	большого мяча	большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	-технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
91	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
92	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		

				трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов			
93	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
94	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. К: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с места		
95	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника;	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в	Научатся: -технически правильно выполнять		

		месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.		умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
96	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
97	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		

98	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		
99	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		
100	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		

				упорство в достижении поставленных целей.	общему решению в совместной деятельности.			
101	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		
102	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		

Календарно - тематическое планирование для обучающихся 4 класса

№ п/п	Тема урока	Содержание предмета	Характеристика видов деятельности учащихся	Планируемые результаты			Дата проведения	
				Личностные	Метапредметные	Предметные	План	Факт
Знания о физической культуре (2 часа)								
1	Зарождение физической культуры на территории Древней Руси.	Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.	Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.	Проявляют Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научаться: -соблюдать правила безопасного поведения на уроке; -выполнять действия по образцу.		
2	Развитие физической культуры в России в 17-19 вв.	Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.	Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Пересказывать тексты по истории физической	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры в помещении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками.		

			культуры.	упорство в достижении поставленных целей.	К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
Легкая атлетика (11)								
3	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, из разных исходных положений: челночный бег, высокий старт с последующим ускорением.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	Ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научаться: -выполнять команды на построения и перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики.		
4	Беговая подготовка.	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исход-ных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	П: самостоятельно ставят, формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	Научатся: -выполнять организующие строевые команды и приемы; -выполнять беговую разминку; -выполнять бег с высокого старта.		

5	Беговая подготовка.	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.	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; стремятся хорошо учиться, сориентированы на участие в делах школы.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (ч/б); -технически правильно выполнять поворот в челночном беге.		
6	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать и осваивать технику прыжковых упражнений.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно формулируют учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжках вверх и длину с места; -контролировать пульс.		
7	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями,	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья;		

		запрыгивание.	подвижными и спортивными играми.	нность, трудо-любие и упорс-тво в достиже-нии поставлен-ных целей.	К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	-выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
8	Прыжковая подготовка.	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Ориентируются на активное об-щение и взаимо-действие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудо-любие и упорс-тво в достиже-нии поставлен-ных целей	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физиче-ской культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
9	Метание малого мяча	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ёе реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать правила взаимодействия с игроками команды.		

10	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата; -организовывать и проводить эстафету; - соблюдать правила взаимодействия с игроками команды.		
11	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		
12	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		

			безопасности при метании.	сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
13	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания предмета на дальность. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	Оrientируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -технически правильно выполнять метание.		
Подвижные игры, элементы спортивных игр (14 часов)								
14	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		

		игры на материале баскетбола Разучивание игры «Осада города».		сверстниками и взрослыми.	К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
15	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Осада города»	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
16	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки»	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять броски мяча одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
17	Подвижные игры на основе	Баскетбол: специальные передвижения	Моделировать технические действия в игровой	Раскрывают внутреннюю позицию	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач.	Научатся: -выполнять броски мяча		

	баскетбола	без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Снежки».	деятельности	школьника; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	одной рукой; -контролировать силу и высоту броска		
18	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Мяч из круга»	Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
19	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; под-вижные игры на материале	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		

		баскетбола. Разучивание игры «Мяч из круга»		смысла учения.	К: используют речь для регуляции своего действия.			
20	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; веде-ние мяча; брос-ки мяча в кор-зину; подвиж-ные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Грибы-шалун ы»	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		
21	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Грибы-шалун ы»	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу»; -контролировать силу и высоту броска.		
22	Подвижные	Баскетбол:	Соблюдать	Проявляют	П: ориентируются в	Научатся:		

	игры на основе баскетбола	специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	-выполнять бросок мяча в кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
23	Подвижные игры на основе баскетбола	Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Разучивание игры «Горячая картошка».	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять бросок мяча в кольцо; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
24	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Разучивание	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Оrientируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по		

		игры «Гонки мячей в колоннах		формирование личностного смысла учения	реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	правилам игры с мячом		
25	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Разучивание игры «Гонки мячей в колоннах	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
26	Подвижные игры на основе баскетбола	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
27	Подвижные	Развитие	Взаимодействовать	Ориентируют на	П: самостоятельно выделяют и	Научатся:		

	игры на основе баскетбола	скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях с мячом в парах. Эстафеты.	в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	-выполнять броски мяча в кольцо разными способами; -взаимодействовать со сверстниками по правилам игры с мячом		
Способы физкультурной деятельности (2часа)								
28	Осанка и комплексы упражнений по профилактике ее нарушения	Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств.	Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки.	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. К: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила безопасности.		

29	Измерение частоты сердечных сокращений.	.Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	Измерять (пальпаторно) частоту сердечных сокращений.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
----	--	--	--	--	--	--	--	--

Гимнастика с основами акробатики (16 часов)

30	Движение и передвижение строем.	Организующие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организующие строевые команды и приемы.		
31	Движение и передвижение строем.	Организующие команды и приёмы, строевые действия в шеренге и колонне	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно», «Вольно», «Шагом марш», «На месте», «Равняйс», «Стой».	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное	Научатся: -выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени; -выполнять организующие строевые		

				ситуациях.	мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	команды и приемы.		
32	Акробатика.	Акробатически е упражнения, упоры, седы , упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатически е комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова -нность, трудо-любие и упор-ство в достиже-нии поставлен-ных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
33	Акробатика.	Акробатически е упражнения, упоры, седы , упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатически е комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова -нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
34	Акробатика.	Акробатически е упражнения, упоры, седы ,	Описывать технику разучиваемых акробатических	Ориентируются на активное общение и	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют	Научатся: -выполнять акробатические		

		упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатически е комбинации.	упражнений.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
35	Акробатика.	Акробатически е упражнения, упоры, седы , упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед. Акробатически е комбинации.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять акробатические упражнения; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
36	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания,	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		

		передвижение по наклонной гимнастической скамейки.	направленности.	смысла учения.	К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.			
37	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
38	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастической скамейки.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
39	Прикладная гимнастика	Передвижение по гимнастической	Соблюдать правила техники безопасности при	Ориентируются на принятие и освоение	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их	Научатся: -выполнять упражнения для		

		й стенке. Преодоление полосы препятствия с элементами лазанья и перелазания, передвижение по наклонной гимнастическо й скамейки.	выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	развития гибкости; -выполнять упражнения по образцу учителя.		
40	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелательн ое общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова -нность, трудо-любие и упор-ство в достиже-нии поставлен-ных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
41	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелате-льн ое общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		

				-нность, трудо-любие и упор-ство в достиже-нии поставлен-ных целей.				
42	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелате-льн ое общение и взаимодействие со сверстника-ми; проявляют дисциплинирова-нность, трудо-любие и упор-ство в достиже-нии поставлен-ных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
43	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелате-льн ое общение и взаимодействие со сверстника-ми; проявляют дисциплинирова-нность, трудо-любие и упор-ство в достиже-нии поставлен-ных	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		

				целей..				
44	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики Гимнастика с основами акробатики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелате-льн ое общение и взаимодействие со сверстника-ми; проявляют дисциплинирова -нность, трудо-любие и упор-ство в достиже-нии поставлен-ных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
45	Снарядная гимнастика	Упражнения на низкой гимнастической перекладине П/и «Тараканчики Гимнастика с основами акробатики	Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	Ориентируются на доброжелате-льн ое общение и взаимодействие со сверстника-ми; проявляют дисциплинирова -нность, трудо-любие и упор-ство в достиже-нии поставлен-ных целей.	П: самостоятельно формулируют проблемы. Р: используют установленные правила в контроле способа решения. К: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
Самбо (6 часов)								
46	Самбо Приёмы самострахов	На спину перекатом,на бок	Соблюдать правила техники безопасности при	Ориентируются на активное общение и	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко	Научатся: -соблюдать правила		

	ки	перекатом,при папдение вперед на руки,при падении на спину через мост.	выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
47	Самбо Приёмы самострахов ки	На спину перекатом,на бок перекатом,при папдение вперед на руки,при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
48	Самбо Приёмы самострахов ки	На спину перекатом, на бок перекатом ,при падение вперед на руки, при падении на спину через мост.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений .	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		

				достижении поставленных целей.	К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.			
49	Самбо Изучение приемом в положении лежа.	Удержание. Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
50	Самбо Изучение приемом в положении лежа.	Удержание. Варианты уходов от удержания. Переворачивание партнера.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
51	Самбо Броски.	Выведение из равновесия партнера	Соблюдать правила техники безопасности при	Ориентируются на активное общение и	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко	Научатся: -соблюдать правила		

		стоящего на коленях. игры-задания и учебные схватки на выполнение изученных выведений из равновесия.	выполнении упражнений. Описывать технику упражнений	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	характеризуют физическую нагрузку как занятия физическими, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями. К: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.	поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		
	Знания о физической культуре (1 час)							
52	Возникновение первых соревнований.	История развития физической культуры и первых соревнований.	Пересказывать тексты по физической культуре.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П:используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
	Лыжные гонки (12 ч.)							
53	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	П:используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу,		

		на лыжах. .		смысла учения.	задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	протаптывая лыжную.		
54	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжную.		
55	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах.	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая		

		.			реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	лыжную.		
56	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протапывая лыжную.		
57	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протапывая лыжную.		

					правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К:используют речь для регуляции своего действия.			
58	Лыжная подготовка.	Обучение правилам безопасности в лыжной подготовке. Подбор спорт инвентаря для занятий на лыжах Передвижение на лыжах. .	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П:используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р:планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К:используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -организованно выходить с лыжами из помещения; -правильно надевать лыжи; -выполнять движения на лыжах по кругу, протаптывая лыжню.		
59	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П:самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р:вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К:договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		

60	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
61	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на уроке физкультуры.		
62	Технические действия на лыжах	Повороты; спуски; подъёмы; торможение.	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов и торможений.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к	Научатся: -выполнять торможение падением на лыжах; -соблюдать правила поведения и предупреждения		

[illegible]

65	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча:подвижны е игры на материале футбола.Эстаф еты.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять броски и ловлю мяча; -выполнять ОРУ с мячами		
66	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по непод-вижному и катящемуся мячу: останов-ка мяча, веде-ние мяча: под-вижные игры на материале футбола. Эстафеты	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте и в движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
67	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по	Описывать разучиваемые технические действия из	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации.	Научатся: -выполнять ведение мяча на месте и в		

		непод-вижному и катящемуся мячу: остано-вка мяча, веде-ние мяча :под-вижные игры на материале футбола. П/И «Гонка мячей»	спортивных игр	обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	движении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
68	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар по не по движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча :подвижные игры на материале футбола. П/И «Гонка мячей	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействие со сверстниками по правилам игры с мячом		
69	Спортивные игры- мини футбол	На материале спортивных игр. Футбол: удар понепо движному и катящемуся мячу: остановка мяча, ведение мяча:	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодействие со сверстниками по правилам игры с мячом		

		подвижные игры на материале футбола. П/И		смысла учения	действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.			
70	Спортивные игры- мини футбол	«Квадрат»	Взаимодействовать в парах группах при выполнении технических действий из спортивных игр	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: Выполнять удары по мячу, взаимодейство вать со сверстниками по правилам игры с мячом		
Подвижные игры, элементы спортивных игр (8 ч.)								
71	Обучение броскам и ловле мяча через сетку. Разучивание игры «Перекинь мяч»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр	Проявляют дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -выполнять броски мяча через сетку и ловить высоко летающий мяч		
72	Совершенст- вание броска мяча через сетку. Разучивание	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча;	Моделировать технические действия в игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося,	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной	Научатся: -выполнять броски через сетку; -играть в игру.		

	игры «Забросай противника мячами».	подвижные игры на материале волейбола.		развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
73	Развитие ловкости, координации в точности бросков мяча через сетку. П/и «Забросай противника мячами».	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -точно выполнять броски; - соблюдать правила безопасности.		
74	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. К: используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -выполнять правила игры.		
75	Броски мяча	Волейбол:	Соблюдать	Проявляют	П: самостоятельно выделяют и	Научатся:		

	через волейбольную сетку с дальних расстояний.	подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: используют речь для регуляции своего действия.	-выполнять броски с дальних расстояний.		
76	Совершенствование бросков и ловли мяча. Разучивание игры в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Ориентируют на принятие и освоение социальной роли обучающегося.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
77	Подвижная игра «Забросай противника мячами»	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к	Научатся: -выполнять правила игры.		

					общему решению в совместной деятельности			
78	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
79	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
80	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно	Научатся: -выполнять правила игры.		

		материале волейбола.		целей.	воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
81	Совершенствование бросков и ловли мяча. Подвижная игра в пионербол.	Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять правила игры.		
82	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
83	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые	Осваивать двигательные	Ориентируются на активное	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные	Научатся: -характеризовать		

		подвижные игры. Игра «Метко в цель». «Погрузка арбузов»	действия составляющие содержание подвижных игр	общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
84	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
85	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять		

				трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
86	Подвижные игры.	Сюжетно ролевые подвижные игры «Через кочки и пенечки», « Кто дальше бросит».	Осваивать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
87	Способы физкультурной деятельности . Измерение показателя физического развития.	Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств	Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развития мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	П: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. К: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.		
Легкая атлетика (15 ч.)								
88	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на	Описывать технику бросков набивного мяча	Проявляют положительные качества	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	Научатся: -выполнять броски		

		дальность разными способами. П/и «Вышибалы»		личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. К: используют речь для регуляции своего действия.	набивного мяча из-за головы; -соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
89	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
90	Броски большого мяча	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. броски набивного мяча из-за головы. Игра «Удочка»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков набивного мяча.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Научатся: -технически правильно выполнять бросок набивного мяча из-за головы		
91	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча		

				сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	с правильной постановкой руки)		
92	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		
93	Метание малого мяча.	Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	Описывать технику метания мяча	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание теннисного мяча с правильной постановкой руки)		

				упорство в достижении поставленных целей.	ситуации столкновения интересов			
94	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. Р: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. К: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с места		
95	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
96	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая		

		высоту; спрыгивание и запрыгивание.		сверстниками и взрослыми	воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	правила безопасности		
97	Прыжковая подготовка	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	Описывать технику прыжковых упражнений	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	П: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Р: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. К: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасности		
98	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимо-действие со сверс-тниками; проявля-ют дисциплиниро-в анность, трудо-любие и упорство в достижении пос-тавленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно -го бега		
99	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при	Ориентируются на активное взаимодействие	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	Научатся: -равномерно распределять		

			выполнении беговых упражнений	со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	свои силы во время продолжительно-го бега		
100	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		
101	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		

				целей.				
102	Беговая подготовка	Развитие выносливости.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	П: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Р: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. К: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -равномерно распределять свои силы во время продолжительно-го бега		

