

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 20»

«Согласовано»

Протокол заседания
методического объединения

№ 1 от 21.08.2017г.



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Школа № 20»

Т.А. Эктова

*Приказ № 129-В от 30.08.17

**Рабочая программа
по физической культуре**

Класс: 3 класс А

Ф.И.О. педагога-разработчика программы: Башкирова Ольга Викторовна

Педагогический стаж: 25 лет

Квалификационная категория: высшая квалификационная категория

Рязань

2017-2018 уч. год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общая характеристика курса

Программа по предмету «Физическая культура» для учащихся начальной школы разработана в соответствии с положениями Закона «Об образовании» в части духовно-нравственного развития и воспитания учащихся, требованиями стандарта второго поколения, примерной программой начального общего образования и основными положениями Концепции содержания образования школьников в области физической культуры (А.П. Матвеев, 2001). При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации. В программе нашли свое отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных учреждений, требования учителей и методистов о необходимости обновления содержания образования, внедрения новых-методик и технологий в образовательно-воспитательный процесс.

Целью учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в поведении разнообразных форм занятий физической культурой. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний, двигательных навыков и умений.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных *задач*:

- ④ укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

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

Базовым результатом в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Освоение предмета данной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися предмета физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью, входят:

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

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

- Ⓢ формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- Ⓢ формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- Ⓢ развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- Ⓢ развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- Ⓢ формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- Ⓢ развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- Ⓢ развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- Ⓢ формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные). Которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, метапредметные понятия и отражают:

- ⓐ овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- ⓐ формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- ⓐ формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- ⓐ определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- ⓐ готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- ⓐ овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты включают освоенные школьниками в процессе изучения данного предмета опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

- ⓐ формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- Ⓢ овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Ⓢ формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- Ⓢ взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- Ⓢ выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне; характеристику признаков техничного исполнения;
- Ⓢ выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:

- Ⓢ планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Ⓢ излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- Ⓢ использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- Ⓢ измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- Ⓢ оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

- ⓐ организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- ⓐ соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- ⓐ 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;
- ⓐ выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- ⓐ 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 условиях.

Физическая культура. А.П.Матвеев 3 класс УМК «Перспектива».

№	Тема	Решаемые проблемы	Планируемый результат	Предметный результат	УУД	Личностный результат	Дата
			(в соответствии с ФГОС)				
			понятия				
1	Правила безопасности на уроках физической культуры.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями.	О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления о строевых командах.	Познакомятся с общими представлениями об основных понятиях и правилах.	Регулятивные: организация рабочего места. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия. Коммуникативные: умение слушать, задавать вопросы	Формировать положительное отношение к урокам физкультуры.	
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижные игры.	Цель: формировать знания и представления о разновидностях спортивного инвентаря и оборудования; техника высокого старта, тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении, технику высокого старта, сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта..	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни.	

					обращаться за помощью.		
3	Перекаты вправо-влево. Кувырок вперед. Игра «Охотники и утки».	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	О перекатах вправо-влево, группировка, кувырок вперед.	Научатся держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочком	Регулятивные: удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: Взаимодействовать друг с другом соблюдая правила безопасности,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относиться к партнёрам по игре.	
4	Техника челночного бега с высокого старта. Р/К «Современные подвижные игры России»	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач Коммуникативные: Поддерживать друг друга.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.	
5	Развитие физических качеств (сила, быстрота,	Цель: формировать знания и представления о	Об основных физических качеств (сила,	Научатся ориентироваться в понятиях:	Регулятивные: научатся удерживать познавательную задачу и	Учатся ответственно относиться к общему благополу-	

	выносливость, гибкость, ловкость и координация движений).	двигательном режиме младшего школьника.	быстрота, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений).	физические качества, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений. Соблюдать правила поведения на уроке.	применять установленные правила. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	чие и умению не создавать конфликтов.	
6	Кувырок вперед. Игра на внимание.	Цель: совершенствовать технику выполнения кувырков вперед.	Об основных положениях и движениях ног.	Научатся выполнять разминку с мешочками в движении, перебаты вправо-влево, группировку, кувырок вперед.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	Адекватная мотивация.	
7	Измерение уровня развития основных физических качеств. Р/К «Подвижные игры разных	Цель: научить использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся понимать необходимость развития основных физических качеств и как измерять их	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к	

	народов».	деятельности.		уровень развития.	использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	зарядке.	
8	Метание мешочка на дальность. Игра «Кто дальше».	Цель: формировать знания и представления о правилах правильного дыхания при выполнении физических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	Учатся ответственно относиться к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.	
9	Усложненные кувырки вперед. Р/к «Русская народная игра: Пятнашки».	Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при кувырках вперед.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, группировку, усложненный вариант выполнения кувырок вперед, упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке.	

					оказывать помощь в сотрудничестве.		
10	Подвижная игра «Третий лишний»	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игры «Третий лишний»	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, технику «оленьего» бега.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.	
11	Беговые упражнения из различных исходных положений. Игра «Пустое место».	Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при беге.	О беге из различных положений.	Научатся выполнять строевые упражнения, разминку, направленную на развитие координации движений.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.	

12	Игровые упражнения с кувырками.	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игровых упражнений с кувырками.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, упражнения на внимание.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций.	
13	Подвижная игра «Выше ноги от земли».	Совершенствование упражнений на внимание и двигательную память.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
14	Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра	Цель: активизировать деятельность учащихся при тестировании	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, прыжка	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Адекватная мотивация.	

	«Ловишки».	прыжков в длину.	головы.	в длину с места.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.		
15	Кувырок назад. Подвижная игра «Гуси и волк»	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения кувырков назад.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с массажными мячами, кувырки вперед назад, упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	Адекватная мотивация.	
16	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Ловишки».	Цель: совершенствование двигательного опыта в массовых формах соревновательной деятельности.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с малым мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование подъема туловища из положения лежа на 30 с.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

					Коммуникативные: владеть способами взаимопомощи и взаимоподдержки		
17	Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Гуси и волк».	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения наклонов вперед из положения стоя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на внимание, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
18	Кувырок назад. Подвижная игра «Пустое место».	Цель: формировать знания и представления детей о преимуществах здорового образа жизни, о правильной осанке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырки вперед и назад, упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	
19	Тестирование подтягивания на низкой перекладине	Цель: продолжать формировать понятия о здоровом образе	Об основных положениях и движениях рук,	Научатся выполнять разминку со средними обручами	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Адекватная мотивация.	

	из виса лежа согнувшись. Игра «Третий лишний»	жизни; формировать знания и представления о безопасном поведении при подтягивании на низкой перекладине.	ног, туловища, головы.	(кольцами); сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.		
20	Тестирование броска мяча в горизонтальную цель. Игра «Вышибалы».	Цель: продолжать формировать понятия о здоровом образе жизни; формировать знания и представления о безопасном поведении при броске мяча.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища.	Научатся выполнять упражнения на движение и внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
21	Стойка на лопатках. «Мост». Р/к «Игры народов мира».	Цели: формировать знания и представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями в	Разминка, стойка, лопатка, мост, кувырок	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, стойку на лопатках, «мост», кувырок назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической	

		спортивном зале; научить расчёту на три, делать стойку.			приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	нагрузке.	
22	Тестирование вися и проверка волевых качеств. Игра «Вышибалы».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений волевых качеств.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку со скакалками, упражнения на внимание и координацию движений.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
23	Строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении строевых упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои	Учатся ответственно относиться к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					действия.		
24	Стойка на лопатках. «Мост».	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
25	Подвижная игра «Футбол»	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи. Узнают правила игры в футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
26	Подвижные игры. Р/к Зарождение игры «Футбол».	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Выполнение учебной задач. Совершенствование игры в футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное	

		осанку.	головы.	Ведение мяча.	<p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.</p>	отношение к физической нагрузке.	
27	Кувырок вперед в группировке. Подвижная игра «Круговая лапта»	Цель: научить уверенному поведению и самостраховке при выполнении упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебных задач по развитию гибкости.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
28	Лазание по гимнастической стенке. Р/к Игры разных народов мира.	Цель: формировать знания и представления об оказании первой помощи при ушибах, которые могут возникнуть при лазаниях и перелезаниях.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные:</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.		
29	Кувырок вперед в группировке с трех шагов. Подвижная игра «Ловишки».	Цель: продолжать формировать представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок вперед в группировке с трех шагов.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
30	Лазание по гимнастической стенке.	Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственно относиться к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
31	Подвижная игра «Ловишки» с	Цель: активизировать игровую деятельность	Об основных положениях и	Научатся выполнять разминку с	Регулятивные: организация рабочего места с	Учатся нести ответственность за	

	мешочком на голове».	учащихся.	движениях рук, ног, туловища, головы.	мешочками, играть в подвижную игру.	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
32	Упражнения на развитие гибкости: «мост», стойка на лопатках.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на развитие гибкости.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять «мост», «Стойку на лопатках, серию кувырков вперед, упражнения на равновесие.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
33	Упражнения на кольцах. Игра «Салки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с кольцами, висы углом и согнувшись на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных	

		упражнений на кольцах.			приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	ситуаций	
34	Полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. Игра «Салки с мешочком на голове».	Цель: формировать знания и представления о полупереворотах назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на скамейках, серию кувырков вперед, полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
35	Кувырок назад в группировке. Игра «Салки с мешочком на голове».	Цель: продолжать формировать представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять полупереворот на коленях из стойки на лопатках, кувырок назад в группировке, упражнения на равновесии.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть	Учатся ответственно относиться к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.		
36	Упражнения на кольцах.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на кольцах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы углом и согнувшись на гимнастических кольцах	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
37	Вис на согнутых руках на низкой перекладине. Игра «Выше ноги».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырок назад в группировке, вис на согнутых руках на низкой перекладине.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.		
38	Разновидности висов. Игра «Попади в цель».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок назад, висы на низкой перекладине.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
39	Вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах. Подвижные игры.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы углов, согнувшись, прогнувшись на гимнастических кольцах, упражнение на внимание.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми,</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.		
40	Лазание по гимнастической стенке. Игры на внимание.	Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научаться выполнять разминку у гимнастической стенки, висы на низкой перекладине, лазание по гимнастической стенке.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
41	Подвижная игра «Медведь во бору».	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в подвижную игру «Медведь во бору».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
42	Висы согнувшись и прогнувшись на гимнастических	Цель: формировать знания и представления о правилах	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять висы углом, согнувшись и прогнувшись на	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и	

	кольцах.	безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	головы.	гимнастических кольцах.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	умению находить выходы из спорных ситуаций	
43	Игровые упражнения. Подвижные игры.	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять игровые упражнения на гимнастических скамейках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
44	Подвижная игра «Ловишки». Эстафеты.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в подвижную игру «Ловишки».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	ситуаций	
45	Перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах.	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
46	Прыжки с поворотом на 180 градусов и 360.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении прыжков с поворотом на 180 градусов и 360.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки с поворотом на 180 градусов и 360, упражнения на равновесие и внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

					переживать и «болеть» за своих товарищей.		
47	Игра в волейбол. Подвижные игры.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. История возникновения игры в волейбол. Правила игры в волейбол. Прямая нижняя передача. Приём и передача мяча снизу двумя руками.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру волейбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
48	Р/К Зарождение игры в «Волейбол». Игра «Волейбол».	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
49	Прыжки в высоту.	Цель: совершенствовать ранее	Об основных положениях и	Научатся выполнять организующие	Регулятивные: организация рабочего места с	Учатся ответственно к отношению к	

	Подвижные игры.	разученные легкоатлетические упражнения в условиях соревновательной деятельности на максимальный результат.	движениях рук, ног, туловища, головы.	команды.	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
50	Прыжки со скакалкой. Игра «Змейка».	Цель: выполнение подвижных игр для освоения прыжков через скакалку с разной скоростью её вращения.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, прыжки на скакалке.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
51	Упражнения на кольцах.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения на кольцах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения с обручами, упражнения на кольцах, висы углом, согнувшись,	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической	

				прогнувшись.	приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	нагрузке.	
52	Баскетбол: ведение мяча, бросок мяча в корзину.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности при игре с мячом. История возникновения игры в баскетбол. Познакомить с правилами игры в баскетбол.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся технике ведения мяча в условиях игровой и учебной деятельности.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
53	Р/К зарождение игры в баскетбол. Игры с элементами движения в баскетбол.	Цель: ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах и от стены.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять броски мяча от груди двумя руками с места, в движении. Выполнять комплекс упражнений для развития мышц рук, ног.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

					адекватно оценивать свои действия.		
54	Вращение обруча.	Цель: формировать умения вращать обруч, игровые упражнения на реакцию и внимание	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с обручами, вращение обруча, игровые упражнения на реакцию и внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
55	Игра в баскетбол.	Цель: формировать знания и представления о игре баскетбол.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять броски мяча в игре баскетбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
56	Игра «Кто дальше?».	Цель: совершенствовать	Об основных положениях и	Научатся выполнять игровые упражнения	Регулятивные: организация рабочего места с	Учатся нести ответственность за	

		умения передвигаться «лесенкой» на склон.	движениях рук, ног, туловища, головы.	в команде.	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
57	Лазание по канату.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при лазании по канату.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по канату.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
58	Подвижные игры на выносливость.	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся ориентироваться в понятиях: физические качества, сила, быстрота,	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное	

		младшего школьника.	головы.	выносливость, гибкость, ловкость и координация движений. Соблюдать правила поведения на уроке.	Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	отношение к физической нагрузке.	
59	Подвижная игра «Кто дальше бросит?»	Цель: формировать умения играть по правилам, соблюдать правила игры.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в игру «Кто дальше бросит», узнают правила игры.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
60	Лазание по канату. Игра «Вышибалы».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при лазании по канату.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по канату, выполнять упражнения на внимание и равновесие..	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные:	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга		
61	Подвижная игра «Прокати через ворота».	Цель: формировать умения играть в подвижные игры.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
62	Подвижная игра «Подними предмет!»	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми,</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					приемами действия в ситуациях общения.		
63	Упражнения со скакалками. Игра «Ловля обезьян».	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения со скакалкой, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
64	Движение приставным бегом. Подвижная игра «Подними предмет».	Цель: формировать умения двигаться приставным бегом.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся двигаться приставным бегом.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
65	Подвижные игры	Цель: формировать знания о	Об основных положениях и	Научатся играть в русские народные	Регулятивные: организация рабочего места с	Учатся ответственному отношению к	

	разных народов. РК Русские народные игры.	национальных играх, отражение в них традиций и культурных ценностей своего народа.	движениях рук, ног, туловища, головы.	игры.	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
66	Прыжки в скакалку	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
67	Броски набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя. Подвижная игра «Горячая линия».	Цель: формировать знания и представления о бросках мяча способом снизу из положения стоя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, технику броска набивного мяча способом снизу из положения стоя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической	

					приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	нагрузке.	
68	Броски набивного мяча весом 1 кг из положения сидя. Подвижная игра «Гонка мячей в колонах».	Цель: формировать знания и представления о бросках мяча из положения сидя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, броски набивного мяча из положения сидя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
69	Прыжки в скакалку. Игра «Собачка»	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

					адекватно оценивать свои действия.		
70	Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Собачка»	Цель: формирование представлений о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжок в высоту с прямого разбега.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
71	Первые спортивные соревнования. Игра «Искатели сокровищ».	Цель: формировать знания и представления о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку в сочетании с игрой «Зеркало», прыжок в высоту с прямого разбега, понимать, как появились первые спортивные соревнования.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
72	Прыжки в скакалку.	Цель: формировать знания и	Об основных положениях и	Научатся выполнять разминку со	Регулятивные: организация рабочего места с	Учатся нести ответственность за	

		представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	движениях рук, ног, туловища, головы.	скакалками, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
73	Прыжок в высоту спиной вперед. Игра «Забросай мячами».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки в высоту спиной вперед с прямого разбега, упражнения на координацию и расслабление.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
74	История появления мяча. Подвижная игра «Горячая картошка».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять организующие команды, разминку с мячом, прыжок в высоту спиной	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить	

		занятиях физическими упражнениями.	головы.	вперед, нижнюю подачу.	<p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.</p>	выходы из спорных ситуаций	
75	Стойка на голове. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять стойку на голове, перекаты.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.</p>	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
76	История зарождения древних Олимпийских игр. Р/К «Олимпийские игры на Руси»	Цель: формировать знания и представления о зарождении древних Олимпийских играх.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся понимать историю зарождения древних Олимпийских игр.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие</p>	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической	

					приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми приемами действий в ситуациях общения.	нагрузке.	
77	Подвижная игра с мячом.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
78	Стойка на голове. Подвижная игра «Охотники и утки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведении при выполнении упражнений в равновесии.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на матах, стойку на голове, перекаты, игровое упражнение на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

					адекватно оценивать свои действия.		
79	Владение мячом на месте и в движении. Подвижная игра «Кто дальше».	Цель: формировать знания и представления о владении мячом на месте и в движении.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организационные команды, разминку с мячом, стойку баскетболиста, передвижение в стойке баскетболиста, ведение мяча на месте и в движении.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
80	Упражнения с мячом, направленные на развитие координации движений и ловкости. Игра «Из обруча в обруч».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организационные команды, разминку, направленную на развитие координации движений, остановку в шаге, остановку прыжком, ведение мяча, передачи мяча, броски мяча в кольцо.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
81	Повторение акробатических	Цель: формировать знания и	Об основных положениях и	Научатся выполнять разминку на матах с	Регулятивные: организация рабочего места с	Учатся нести ответственность за	

	элементов.	представления о физических качествах человека.	движениях рук, ног, туловища, головы.	мячами, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост», стойку на голове.	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
82	Выполнение упражнений с мячами в парах. Игра «Сбей кегли противника»	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять передачи мячам в парах, броски мяча в баскетбольное кольцо, ведение мяча.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
83	Тестирование подъема туловища за 30 с. Игра «Сбей кегли противника».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъемы туловища за 30 с.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической	

					приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	нагрузке.	
84	Повторение акробатических элементов. Игра «Сбей кегли противника»	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на матах с мячами, кувырок вперед, стойку на голове, стойку на лопатках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
85	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подтягивание на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической	

		упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале			приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	нагрузке.	
86	Тестирование наклона вперед из положения стоя. Игра «Вышибалы».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять наклоны вперед из положения стоя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
87	Упражнения на уравнивание предметов. Игра «Сбей кегли противника».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на уравнивание предметов, игровые упражнения с массажными мячами.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

		и в спортивном зале			способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.		
88	Тестирование виса на время. Игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы на время, броски мяча в горизонтальную цель Упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
89	Тестирование бросков мяча в горизонтальную цель. Игра «Ловишка».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять тестирование бросков мяча в горизонтальную цель.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

90	Упражнения на уравнивание предметов. Игра «Хвостик».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на уравнивания предметов, игровые упражнения с массажными мячами.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.</p>	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
91	Тестирование прыжка в длину с места. Игра в футбол.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки в длину с места, упражнения на внимание, соблюдать усвоенные правила и играть в спортивную игру футбол.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.</p>	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
92	Спортивная игра футбол.	Цель: формировать знания и представления о	Об основных положениях и движениях рук,	Научатся выполнять ведение мяча, футбольные	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся нести ответственность за здоровый образ	

		необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	ног, туловища, головы.	упражнения с мячом, упражнения на внимание, играть в спортивную игру футбол.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
93	Круговая тренировка. Игра «Хвостик».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
94	Высокий старт и правильный поворот в челночном беге. Игра	Цель: формировать знания и представления о физических качествах	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять технику высокого старта, технику поворотов в	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется	

	«Метко в цель».	человека.	головы.	челночном беге, челночный бег.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	позитивное отношение к физической нагрузке.	
95	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Игра «Класс, смирно!».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять бег на 30 м с высокого старта, играть в спортивную игру футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
96	Круговая тренировка. Игра «Бросок ногой»	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к	

					использовать общие приемы решения задач.	физической нагрузке.	
					Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, следить за безопасностью друг друга.		
97	Тестирование челночного бега 30 м. Игра «Пустое место».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
98	Тестирование метания мешочка на дальность. Игра «Перекинь через убегающего».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

		и в спортивном зале			с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	
99	Круговая тренировка. Игра «Совушка».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
100	Тестирование бега на 1000 м. Игра «Ловишки».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование бега на 1000 м.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

101	Подвижные и спортивные игры. Р\К «подвижные игры России».	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения</p>	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
102	Эстафета с мячом.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся подводить итоги года, играть в подвижные игры.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

103	Подвижные игры с мячом.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы	Научатся подводить итоги года, играть в подвижные игры.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
104	Тестирование челночного бега 30 м. Игра «Пустое место».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность	<p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.</p> <p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные:</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций.

105	Подведение итогов года. Эстафеты.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность	использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
-----	-----------------------------------	---	--	--	--	--	--

