

Белоглинский район, ст. Новолокинская

(территориальный, административный округ (город, район, поселок))

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №28 имени И.Г.Турищева Белоглинского района»

(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
МБОУ СОШ № 28
от «31» августа 2021 года протокол № 1
Председатель _____ Шмигельская О.К.
подпись руководителя ОУ Ф.И.О.\\



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По физической культуре

(указать учебный предмет, курс)

Уровень образования (класс)

начальное общее , 1-4 кл.

(начальное общее, основное общее образование с указанием классов)

Количество часов 405 ч.

Учитель или группа учителей, разработчиков рабочей программы Труфанова Лариса Александровна, Акинина Татьяна Александровна,
учителя начальных классов МБОУ СОШ №28

Программа разработана в соответствии ООП НОО, утвержденной на педагогическом совете МБОУ СОШ № 28 от 31.08. 2021 протокол № 1с учетом ООП НОО от 8 апреля 2015 года №1/15

Рабочая программа по физической культуре разработана для обучения в 1 - 4 классах и составлена на основе примерной рабочей программы начального общего образования МБОУ СОШ№28, ООП НОО от 8 апреля 2015 года №1/15

При планировании учебного материала с учетом особенностей климата (бесснежные районы) тема «Лыжные гонки» и «Плавание» заменена темами «Гимнастики с основами акробатики» и «Подвижные и спортивные игры»

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю : в 1 классе — 99 ч, во 2 классе — 102 ч, в 3 классе— 102 ч, в 4 классе— 102 ч.

В разделах «Легкая атлетика» и «Общеразвивающие упражнения» внесены темы по подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО)

1.Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Личностные результаты:

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Физическая культура» в начальной школе должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

1.Патриотическое воспитание:

- ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

2.Гражданское воспитание:

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов,

- стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

3.Ценности научного познания:

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции;

- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;

- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;

- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

4.Формирование культуры здоровья:

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

5.Экологическое воспитание:

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;

- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- Умение ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем
- Умение преобразовывать практическую задачу в познавательную
- Способность самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале
- Умение адекватно понимать причины успеха/ неуспеха в учебной деятельности
- Умение оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки
- Умение планировать действие в соответствии с поставленной задачей.
- Умение систематизировать подобранные информационные материалы в виде схемы
- Использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки,
- Умение вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок
- Проявление познавательной инициативы в учебном сотрудничестве

Коммуникативные:

- Умение учитывать разные мнения и интересы, представлять собственную позицию
- Умение аргументировать свою позицию при выработке общего решения в совместной деятельности
- Умение находить наиболее эффективные способы решения. Умение адекватно использовать речь и речевые средства
- Умение осуществлять адекватную дифференцированную самооценку на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»
- Понимание разных мнений и подходов к решению проблемы
- Понимание разных мнений и подходов к решению проблемы
- Использование речи для регуляции своего действия. Адекватное использование речевых средств для решения различных коммуникативных задач
- Способность осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной и письменной речи
- Умение продуктивно разрешать конфликт на основе учёта интересов и позиций всех его участников
- Умение продуктивно разрешать конфликт на основе учёта интересов и позиций всех его участников
- Готовность принимать различные точки зрения. Умение формулировать собственное мнение

Познавательные:

- Умение осуществлять поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета
- Умение создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач
- Владение навыком построения логических рассуждений, включающих
- Установление причинно-следственных связей
- Умение осуществлять выбор эффективных способов решения поставленной задачи с ориентиром на ситуацию успеха
- Понимание причин своего успеха/неуспеха
- Способность осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной и письменной речи
- Умение осуществлять анализ объектов. Умение осуществлять синтез как составление целого из частей
- Умение строить простые рассуждения об объекте, его строении, свойствах и связях

Предметные результаты 1 класс

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- демонстрировать уровень физической подготовленности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)

2 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

иметь представление:

- о зарождении древних Олимпийских игр;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

уметь:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);

- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;
- демонстрировать уровень физической подготовленности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)

3 класс

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны: иметь представление:

- о физической культуре и ее содержании у народов мира;
- о символике и ритуале проведения Олимпийских игр
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;

уметь:

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
- составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
- вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
- демонстрировать уровень физической подготовленности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)

4 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся IV класса должны: знать и иметь представление:

- о роли и значении занятий физическими упражнениями;
- о влиянии современного олимпийского движения на развитие физической культуры и спорта в России, крае.
- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

уметь:

- вести дневник самонаблюдения;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;

- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;
 - оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;
- демонстрировать уровень физической подготовленности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)

2.Содержание учебного предмета, курса

Знания о физической культуре

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

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

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

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

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

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

Физическое совершенствование

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

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Пример: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед 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 вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

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.

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

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.

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

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

На материале легкой 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; прием 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 вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной

шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, 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, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

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

На материале легкой атлетики

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

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

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

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя

руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

3. Тематическое планирование

1 класс (99 часов)

Раздел	Кол-во час	тема	Кол-во час	Основные виды деятельности обучающихся (на основе универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Легкая атлетика	10 ч	Знания о физической культуре Физическая культура. Система занятий по укреплению здоровья человека. Бег с высоким подниманием бедра..	1	П.Раскрывают понятие «физическая культура» и анализируют положительное влияние её компонентов на укрепление здоровья и развитие человека. Позн.Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе К.Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	1,4
		Бег с высоким подниманием бедра..	1	П Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3,2
		Бег из разных исходных положений.		П Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	2, 3

			1	<p>Позн Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли</p>	
		Высокий старт с последующим ускорением	1	<p>П Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.</p> <p>Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться</p>	4, 1
		Челночный бег 3x10м.	1	<p>П Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека.</p> <p>Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К :Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p> <p>Р.Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).</p>	2, 4
		Прыжки на одной и двух ногах на месте.	1	<p>П Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.</p> <p>Позн Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться</p>	3,4
		Прыжки в длину .	1	<p>П Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры.</p> <p>Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-</p>	2,3,4

				<p>сосудистой системы. К :Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Р.Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	
		Прыжки в длину с места ,толчком двумя ногами.	1	<p>П Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры. Позн Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К :Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Р.Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	3,4
		Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.	1	<p>П Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	2,3
		Метание в цель.	1	<p>П Выполнять броски набивного мяча в корзину Позн Следить за самочувствием при физических нагрузках; К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	3
Подвижные и спортивные игры (на материале лёгкой атлетики)	5 ч	Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований Бег.	1	<p>П Иметь представления о развитии физической культуры и первых соревнований Позн. Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	1, 3
		Бег. Игра «К своим флажкам».	1	<p>П Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе. Позн .Знать правила подвижной игры.Предупреждение</p>	2

				травматизма во время занятий физическими упражнениями К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р.Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
		Бег. Игра «Пятнашки».	1	П Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д). Позн.Знать правила подвижной игры. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	2
		Прыжки .Игра «Прыгающие воробушки»	1	П Связь физических качеств с физическим развитием. Позн Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли	3.2
		Метание Игра «Точно в мишень»	1	П Правила проведения закаливающих процедур. Позн Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли	4, 2
Лёгкая атлетика	11 ч	Бег в чередовании с ходьбой .	1	П Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры Позн Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р.Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	1
		Бег в чередовании с ходьбой .	1	П Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры Позн Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	1

				Р.Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	
		Медленный бег..	1	П Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий Позн Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3, 2
		Равномерный, медленный бег .	1	П Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4
		Бег с изменяющимся направлением движения.	1	П Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут Позн Правила поведения и техника безопасности на уроках К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4, 2
		Бег из разных исходных положений.	1	П Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут Позн Правила поведения и техника безопасности на уроках К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4
		Прыжки в длину.	1	П Уметь выполнять прыжки в длину Позн Характеристика основных физических качеств. К :Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Р.Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 4
		Прыжки в длину.	1	П Уметь выполнять прыжки в длину Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-	2, 4

				<p>сосудистой системы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	
		Метание малого мяча в вертикальную цель	1	<p>П Уметь выполнять метание малого мяча в цель</p> <p>Позн Физические качества и их связь с физическим развитием.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.</p>	2, 3
		Метание малого мяча в вертикальную цель	1	<p>П Уметь выполнять метание малого мяча в цель</p> <p>Позн Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p>	2, 3
		Метание малого мяча на дальность	1	<p>П Уметь выполнять метание малого мяча на дальность</p> <p>Позн Значение закаливания для укрепления здоровья.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	2, 3
Подвижные и спортивные игры (футбол)	3 ч	<p>Физические упражнения</p> <p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Удар по неподвижному мячу</p>	1	<p>П Иметь представления о влиянии физических упражнений на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Позн Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	3, 5
		Удар по неподвижному мячу с места.	1	<p>П Уметь выполнять удары по неподвижному мячу</p> <p>Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между</p>	2

				<p>сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Удар по катящемуся мячу.	1	<p>П Уметь выполнять удары по катящемуся мячу</p> <p>Позн Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	2
Гимнастика с основами акробатики	9 ч	Организирующие команды и приемы.	1	<p>П Уметь выполнять организирующие команды и приёмы на уроках гимнастики</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	2, 1
		Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.	1	<p>П Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	2, 1
		Упоры, седы, упражнения в группировке.	1	<p>П Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры.</p> <p>Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>К :Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях</p> <p>Р.Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2, 4

		Перекаты в группировке	1	<p>П Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>К :Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях</p> <p>Р.Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4
		Акробатические комбинации.	1	<p>П Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры.</p> <p>Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем и сверстниками.</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4, 2
		Акробатические комбинации.	1	<p>П Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем и сверстниками</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	4, 2
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	<p>П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Позн Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.</p> <p>К :Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий</p> <p>Р.Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2, 4
		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания	1	<p>П Влияние физических упражнений на развитие гибкости</p> <p>Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К :Способность осуществлять коммуникативную</p>	4, 2

				<p>деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.	1	<p>П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Позн Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	4
Подвижные и спортивные игры (на материале гимнастики с основами акробатики)	2ч	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Игра « Точный расчёт»	1	<p>П Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р.Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p>	2
		Упражнения на внимание, силу, ловкость и координацию. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	1	<p>П Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств.</p> <p>Позн Знать упражнения для формирования правильной осанки</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	2, 4
Подвижные и спортивные игры (баскетбол)	10 ч	Бросок и ловля мяча на месте.	1	<p>П Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5, 2
		Ведение мяча на месте.	1	<p>П Осваивать технические действия основ спортивных игр.</p> <p>Позн Анализ своей деятельности; сравнение;</p>	2, 3

				<p>классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Ловля мяча на месте и в движении.	1	<p>П Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	3
		Специальные передвижения без мяча.	1	<p>П Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр. Позн Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. К :Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. Р.Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2
		Броски мяча в корзину.	1	<p>П Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р.Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3, 4
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «Мяч водящему»	1	<p>П Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>	2, 4

				Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «Передай другому»	1	<p>П Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	2, 4
		Броски в цель (в кольцо, щит, обруч)	1	<p>П Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.</p> <p>Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5
		Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей»	1	<p>П Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.</p> <p>Позн Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;</p> <p>приобретению новых знаний и умений.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2
		Броски в цель (в кольцо, щит, обруч)	1	<p>П Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.</p> <p>Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5, 2

Гимнастика с основами акробатики	10 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Акробатические упражнения.	1	П Уметь составлять и соблюдать режим дня школьника. Позн Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли	4, 3
		Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов	1	П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений Позн Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4, 2
		Акробатическая комбинация.	1	П Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Позн Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом К :Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 2
		Совершенствование акробатических упражнений	1	П Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Позн Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом К :Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	5
		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания	1	П Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Позн Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Контролировать учебные действия, аргументировать	4, 2

				допущенные ошибки	
		Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.	1	<p>П Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности</p> <p>Позн Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3
		Прыжки со скакалкой. Эстафеты с обручами.	1	<p>П Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Позн Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	<p>П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Позн Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.</p> <p>К :Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3, 4
		Упражнения на равновесие	1	<p>П Комплексы упражнений на развитие координации</p> <p>Позн Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2
		Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.	1	<p>П Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности</p> <p>Позн Знать упражнения на формирования правильной осанки.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между</p>	3, 4

				<p>сверстниками и педагогами</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	
Подвижные и спортивные игры (волейбол)	9 ч	Подвижные игры на материале волейбола. Игра «Школа мяча»	1	<p>П Знать упражнения на формирования правильной осанки.</p> <p>Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	1, 3
		Подвижные игры на материале волейбола. Эстафеты с мячом	1	<p>П Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	1, 3
		Подвижные игры на материале волейбола. Игра «Мяч водящему»	1	<p>П Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д).</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться</p>	1, 2
		Эстафеты с мячом.	1	<p>П Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p>	1, 2
		Подвижные игры на материале волейбола.	1	<p>П Физические упражнениях и их влияние на развитие физических качеств.</p>	1, 2

		Игра «Не урони мяч».		<p>Позн Знать упражнения для формирования правильной осанки</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	
		Подвижные игры на материале волейбола. Игра «Алфавит»	1	<p>П Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	2, 4
		Подвижные игры на материале волейбола. Игра « Школа мяча»	1	<p>П Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке</p> <p>Позн Физические качества и их связь с физическим развитием.</p> <p>Знать правила подвижной игры.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p>	2, 4
		Подбрасывание мяча.	1	<p>П Уметь выполнять подбрасывание мяча.</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К :Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях</p> <p>Р Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p>	2
		Подбрасывание и ловля мяча в парах.	1	<p>П Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.</p> <p>Позн Характеристика основных физических качеств.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно</p>	2

				обосновывать правильность или ошибочность результата	
Общеразвивающие упражнения на материале гимнастики с основами акробатики	7ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Формирование осанки: ходьба на носках	1	П Уметь измерять длину и массу тела. Позн Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	5
		Развитие гибкости: широкие стойки на ногах.	1	П Развивать гибкость посредством гимнастических упражнений Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 3
		Развитие гибкости: ходьба с включением широкого шага.	1	П Развивать гибкость посредством гимнастических упражнений Формирование положительного отношения к учению Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 3
		Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий.	1	П Проявлять быстроту и ловкость во время преодоления простых препятствий. Позн Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. К :Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	2, 3

				Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
		Развитие координации: передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе.	1	П Уметь выполнять передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе. Формирование положительного отношения к учению Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 3
		Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове.	1	П Выполнять упражнения на улучшение осанки. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3, 4
		Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги.	1	П Выполнять специальные упражнения для развития силовых способностей. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3, 4
Общеразвивающие упражнения на материале лёгкой атлетики	7ч	Физическое совершенствование Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки. Пробегание коротких отрезков.	1	П Уметь повторять комплекс упражнений за учителем. Позн Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	5, 2
		Развитие координации: бег с изменяющимся направлением	1	П Развивать координацию на основе различных видов бега. Позн Анализ своей деятельности; сравнение;	2, 5

		по ограниченной опоре.		классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
		Развитие координации: Пробегание коротких отрезков из разных исходных положений.	1	П Развивать координацию на основе различных видов бега. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 5
		Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта. из разных исходных положений.	1	П Применять беговые упражнения для развития скоростных способностей. Позн. Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 5
		Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений. из разных исходных положений.	1	П Применять беговые упражнения для развития скоростных способностей. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 5
		Развитие выносливости: равномерный бег.	1	П Развивать выносливость посредством равномерного бега. Позн Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. К :Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 5

		Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков.	1	<p>П Развивать силовые способности с помощью прыжковых упражнений.</p> <p>Позн Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К :Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p>	3
Легкая атлетика	12ч	<p>Физическое совершенствование</p> <p>Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для физкульт-минуток.</p> <p>Бег в чередовании с ходьбой</p>	1	<p>П Уметь повторять комплекс упражнений за учителем.</p> <p>Позн Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами.</p> <p>Р Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	4
		Бег в чередовании с ходьбой .	1	<p>П Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.</p> <p>Правила игры</p> <p>Позн Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p>	4
		Медленный бег .	1	<p>П Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий</p> <p>Позн Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	1, 2
		Равномерный, медленный бег.	1	<p>П Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты</p> <p>Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно</p>	3, 4

				обосновывать правильность или ошибочность результата	
		Метание малого мяча на дальность..	1	П Формировать технику метания мяча. Позн Правила поведения и техника безопасности на уроках К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3, 2
		Метание малого мяча на дальность	1	П Формировать технику метания мяча. Позн Правила поведения и техника безопасности на уроках К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3, 2
		Спрыгивание и запрыгивание.	1	П Уметь выполнять спрыгивание и запрыгивание. Позн Характеристика основных физических качеств. К :Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 4
		Прыжок в длину.	1	П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении прыжка в длину. Позн Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность	3, 4
		ГТО. Прыжок в длину.	1	П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении прыжка в длину. Позн Физические качества и их связь с физическим развитием. К :Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р Уметь взаимодействовать в команде при проведении	1, 4

				эстафет.	
		Прыжок в высоту.	1	<p>П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении прыжка в высоту.</p> <p>Позн Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p>	4
		ГТО. Прыжок в высоту.	1	<p>П Уметь применять правила техники безопасности при выполнении прыжка высоту.</p> <p>Позн Контролировать режимы физической нагрузки на организм.</p> <p>К :Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	1, 4
		ГТО. Челночный бег .	1	<p>П Правила и технику выполнения челночного бега</p> <p>Позн Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	1, 4
Подвижные и спортивные игры(футбол)	4ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр .Игра «лисы и куры»		<p>П Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр</p> <p>Позн. Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	5
		Удар по неподвижному мячу. Эстафеты с мячом.	1	<p>П Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр</p> <p>Позн Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>	1, 2

				Р Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
		Удар по катящемуся мячу. Игра «У кого меньше мячей»	1	П Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. Позн Характеристика основных физических качеств. К :Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	2
		Ведение и остановка мяча. «Играй, играй, мяч не теряй»	1	П Выполнять правила подвижной игры Позн Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К :Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных ситуациях Р Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	2

2 класс (102 часа)

раздел	Кол-во часов	ТЕМА УРОКА	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на основе универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Легкая атлетика	11	Знания о физической культуре Ходьба, бег, прыжки, как жизненно важные способы передвижения человека	1	Предметные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	3.1

		Беговые упражнения с изменяющимся направлением движения	1	Предметные:Знать беговые упражнения Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3,4
		Бег из разных исходных положений	1	Предметные:Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения. Познавательные: Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	3
		Высокий старт с последующим ускорением	1	Предметные:Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	3
		Челночный бег .	1	Предметные:Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека. Формировать потребности к ЗОЖ Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	3, 2

				Регулятивные:Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз,средства, контроль, оценка).	
		Прыжковые упражнения: спрыгивание и запрыгивание.		Предметные:Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены. Познавательные: Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	3,4
		Прыжки в длину .		Предметные:Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры. Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные:Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	2,3
		Прыжки в длину .		Предметные:Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры. Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные:Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	2,3
		Прыжки в высоту.		Предметные:Уметь правильно выполнять прыжки в высоту и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.	2,3

				<p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	
		Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.		<p>Предметные: Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	3,4
		Метание в цель.		<p>Предметные: Выполнять броски набивного мяча в корзину Познавательные: Следить за самочувствием при физических нагрузках; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	2,3
Подвижные и спортивные игры(на материале лёгкой атлетики)	5 ч	Из истории физической культуры История развития физической культуры и первых соревнований	1	<p>Предметные: Иметь представления о развитии физической культуры и первых соревнований Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	1
		Бег. Игра «К своим флажкам».	1	<p>Предметные: Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе. Познавательные: Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий</p>	

				<p>физическими упражнениями</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные:Выполнять совместную деятельность, распределять роли.</p>		
		Бег.Игра «Быстро по местам».	1	<p>Предметные:Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д).</p> <p>Управлять своими эмоциями в различных ситуациях</p> <p>Знать правила подвижной игры.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться</p>	2	
		Прыжковые упражнения.Игра «Не оступись»	1	<p>Предметные:Связь физических качеств с физическим развитием.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	2, 3	
		Метание.Игра «Точно в мишень»	1	<p>Предметные:Правила проведения закаливающих процедур.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	2,3	
Лёгкая атлетика	11 часо в	Беговые упражнения из разных исходных положений	1	<p>Предметные:Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.</p> <p>Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные:Эффективно сотрудничать со сверстниками,</p>	4, 3	

				оказывать поддержку друг другу.	
		Беговые упражнения из разных исходных положений	1	Предметные: Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	3
		Медленный бег .	1	Предметные: Техника низкого старта. Познавательные: Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3
		Равномерный, медленный бег.	1	Предметные: Уметь пробегать в равномерном темпе. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3,4
		Равномерный бег .	1	Предметные: Уметь бегать в равномерном темпе . Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3,4
		Равномерный бег .	1	Предметные: Уметь бегать в равномерном темпе . Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	3,4

				Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		Прыжковые упражнения в длину и в высоту.	1	Предметные: Уметь выполнять прыжковые упражнения Познавательные: Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3
		Прыжковые упражнения в длину и в высоту.	1	Предметные: Уметь выполнять прыжковые упражнения Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3
		Беговые упражнения. Эстафеты и игры с бегом.	1	Предметные: Уметь преодолевать препятствия в беге. Познавательные: Физические качества и их связь с физическим развитием. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.	2
		Броски большого мяча на дальность.	1	Предметные: Знать технику броска большого мяча. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	3,2
		.Метание малого мяча на дальность.	1	Предметные: Выявлять характерные ошибки в технике метания малого мяча Познавательные: Значение закаливания для укрепления здоровья.	3,2

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	
Подвижные и спортивные игры (футбол)	3 ч	Физические упражнения Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	1	<p>Предметные:Иметь представления о физической подготовке и её связи с развитием основных физических качеств.</p> <p>Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	1
		Ведение мяча.	1	<p>Предметные:Осваивать технику ведения мяча</p> <p>Познавательные: Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом</p> <p>Коммуникативные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Регулятивные:Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>	1,3
		Ведение и остановка мяча.	1	<p>Предметные:Осваивать технику ведения и остановки мяча</p> <p>Познавательные: Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	3
Гимнастика с основами акробатики	9 часов	Построение в шеренгу и в колонну.	1	<p>Предметные:Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные:Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	3,4

		Выполнение строевых команд.	1	Предметные:Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их. Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	4,3,2
		Строевые действия в шеренге и колонне	1	Предметные:Уметь выполнять строевые действия в шеренге и колонне Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3
		Перекаты в группировке	1	Предметные:Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3.2
		Упор присев, лёжа, стоя на коленях.	1	Предметные:Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	5, 4

		Сед ноги врозь, сед углом руки за голову.	1	Предметные: Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	1
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные: Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4
		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания	1	Предметные: Влияние физических упражнений на развитие гибкости Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4, 2
		Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Познавательные: Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4
Подвижные и	2 ч	Упражнения на внимание. Игра	1	Предметные: Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты	2,4

спортивные игры на материале гимнастики с основами акробатики		«Совушка».		с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	
		Упражнения на ловкость и координацию.«Не урони мешочек».	1	Предметные:Физические упражнениях и их влияние на развитие физических качеств. Познавательные: Знать упражнения для формирования правильной осанки Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	2
Подвижные и спортивные игры (баскетбол)	10 часов	Бросок мяча в корзину.	1	Предметные:Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных спортивных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5
		Ведение мяча .	1	Предметные:Осваивать технические действия основ спортивных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5
		Специальные передвижения без мяча.	1	Предметные:Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение;	5,2

				<p>классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Ведение мяча	1	<p>Предметные:Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр. Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «Мяч водящему».	1	<p>Предметные:Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4,5
		Ведение мяча .	1	<p>Предметные:Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5,2
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «Передай другому»	1	<p>Предметные:Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>	5, 2

				Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
		Броски мяча в корзину.	1	Предметные:Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3
		Подвижные игры на материале баскетбола .Игра «У кого меньше мячей»	1	Предметные:Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2
		Броски мяча в корзину.		Предметные:Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3,5
Гимнастика с основами акробатики	10 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные занятия..Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки	1	Предметные:Уметь составлять и соблюдать режим дня школьника. Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	3, 4

		Акробатическая комбинация .Мост из положения лёжа на спине.	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Познавательные: Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4
		Акробатическая комбинация. Кувырок вперёд и назад.	1	Предметные: Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 5
		Выполнение строевых команд.	1	Предметные: Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4,5
		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания	1	Предметные:Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3,4
		Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.	1	Предметные:Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности Познавательные: Анализировать результаты двигательной	3,4

				<p>активности; фиксировать её результаты</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	
		Прыжки со скакалкой..	1	<p>Предметные: Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3, 5
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений сопереживания</p> <p>Познавательные: Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.</p> <p>Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4
		Упражнения на перекладине: висы, перемахи.	1	<p>Предметные: Комплексы упражнений на развитие координации</p> <p>Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	5,2
		Гимнастическая комбинация.	1	<p>Предметные: Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности</p> <p>Знать упражнения на формирования правильной осанки.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4

Подвижные и спортивные игры (волейбол)	9 ч	Подвижные игры на материале волейбола. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	1	Предметные: Знать правила подвижной игры на материале волейбола.. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	1
		Подвижные игры на материале волейбола. Эстафеты с мячом	1	Предметные: Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты, соблюдая правила игр и безопасность. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	2, 5
		Подбрасывание мяча.	1	Предметные: Характеристика основных физических качеств . Познавательные: Знать правила подвижной игры. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	2
		Подбрасывание мяча.	1	Предметные: Уметь выполнять подбрасывание мяча, соблюдая правила безопасности. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	2
		Подача мяча.	1	Предметные: Отрабатывать навыки подачи мяча. Познавательные: Знать упражнения для формирования правильной осанки Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	2, 5

				Регулятивные:Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		Подача мяча.	1	Предметные:Применять правила техники безопасности на уроках . Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	2
		Подвижные игры разных народов. «Горилки»	1	Предметные:Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке Познавательные: Физические качества и их связь с физическим развитием. Знать правила подвижной игры. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	2
		Подвижные игры разных народов « Пристенки»	1	Предметные:Выполнять правила подвижной игры Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях Регулятивные:Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	2, 3
		Подвижные игры разных народов «Гуси-лебеди»	1	Предметные:Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. Познавательные: Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или	2, 4

				ошибочность результата	
Общеразвивающие упражнения(6ч) На материале гимнастики с основами акробатики	7 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Определение показателей осанки и физических качеств.	1	Предметные: Уметь определять показатели осанки и физических качеств. Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Осуществлять Коммуникативные: продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	5
		Развитие гибкости. Наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах.	1	Предметные: Способствовать развитию гибкости. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5
		Развитие гибкости. Выпады и полушпагаты на месте	1	Предметные: Способствовать развитию гибкости. Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3
		Развитие координации. Ходьба по гимнастической скамейке.	1	Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время занятий на снарядах Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3, 4
		Развитие координации: Ходьба по низкому гимнастическому бревну .	1	Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время занятий на снарядах Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	3, 5

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Формирование осанки: ходьба на носках с заданной осанкой.	1	<p>Предметные:Способствовать формированию правильной осанки</p> <p>Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5, 4
		Развитие силовых способностей: комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп	1	<p>Предметные:Развивать силовые способности учащихся</p> <p>Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5
Подвижные и спортивные игры (баскетбол)	7 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр. «Зайцы в огороде»	1	<p>Предметные:Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.</p> <p>Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	2,5
		Подвижная игра на материале баскетбола. «У кого меньше мячей»	1	<p>Предметные:Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.</p> <p>Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>	2

				Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
		Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1	Предметные:Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 5
		Ловля мяча на месте и в движении.	1	Предметные:Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Коммуникативные: Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5,2
		Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».	1	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2,5
		Броски мяча в корзину	1	Предметные:Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3

		Специальные передвижения без мяча	1	Предметные: Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 5
Общеразвивающие упражнения (на материале лёгкой атлетики)	6 ч	Развитие координации: пробегание коротких отрезков из разных исходных положений	1	Предметные: Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	3
		Развитие координации: пробегание коротких отрезков из разных исходных положений	1	Предметные: Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	2
		Развитие быстроты: челночный бег	1	Предметные: Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий Познавательные: Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 3
		Развитие быстроты: ускорение из разных исходных положений;	1	Предметные: Уметь пробегать заданное расстояние с ускорением Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное	2, 3

				взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		Развитие выносливости: равномерный бег, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями;	1	Предметные: Уметь бегать в равномерном темпе Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4, 5
		Передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе,	1	Предметные: Уметь выполнять различные виды бега. Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	5
Лёгкая атлетика	8	Физическое совершенствование Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы занятий по профилактике нарушений осанки	1	Предметные: Формирование правильной осанки Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4
		ГТО .Кросс до 1км.	1	Предметные: Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км Познавательные: Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	1

		ГТО.Кросс до 1 км без учёта времени	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность	1, 2
		Ходьба и бег с изменением темпа.	1	Предметные: Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Формировать потребности к ЗОЖ. Познавательные: Контролировать режимы физической нагрузки на организм. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4
		ГТО. Челночный бег .	1	Предметные: Правила и технику выполнения челночного бега Познавательные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	1
		ГТО. Прыжки в длину с места.	1	Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги Познавательные: Умение структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	1
		Прыжки в длину с разбега.	1	Предметные: Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость. Стремление выполнять социально значимую и социально	2, 3

				оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
		Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Точно в мишень»	1	Предметные: Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. Познавательные: Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4,2
Подвижные и спортивные игры (футбол)	4 ч	Физическое совершенствование Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки.	1	Предметные: Уметь выполнять комплекс утренней зарядки Познавательные: Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	1
		Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	1	Предметные:Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные:Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	2
		Игра «Школа мяча»	1	Предметные:Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. Познавательные: Характеристика основных физических качеств.	2, 4

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	
		Игра «Кто быстрее»	1	<p>Предметные: Выполнять правила подвижной игры</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных ситуациях</p> <p>Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p>	2,4

3 класс (102 часа)

Раздел	Кол-во часов	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на основе универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Лёгкая атлетика	11	Знания о физической культуре Физическая культура. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	1	<p>Предметные: Знать правила техники безопасности при занятиях физкультурой</p> <p>Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные : Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли</p>	1,4
		Беговые упражнения с изменяющимся направлением движения.	1	<p>Предметные: Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.</p> <p>Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p>	3

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	
		Бег из разных исходных положений	1	<p>Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.</p> <p>Познавательные Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	3
		Высокий старт с последующим ускорением	1	<p>Предметные: Знать технику выполнения высокого старта и финиша.</p> <p>Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением.</p> <p>Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться</p>	3,5
		Челночный бег .	1	<p>Предметные: Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека.</p> <p>Формировать потребности к ЗОЖ</p> <p>Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p> <p>Регулятивные: Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).</p>	4

		Прыжки в высоту.	1	Предметные: Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены. Познавательные Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	4, 2
		ГТО. Прыжки в длину .	1	Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры. Познавательные Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	1
		ГТО. Прыжки в длину с места ,толчком двумя ногами.	1	Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры. Познавательные Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	1, 2
		Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.	1	Предметные: Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное	5

				взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		ГТО. Метание малого мяча на дальность.	1	Предметные: Выполнять броски малого мяча . Познавательные Следить за самочувствием при физических нагрузках; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	1, 4
		Метание мяча в вертикальную цель.	1	Предметные: Выполнять броски малого мяча . Познавательные Следить за самочувствием при физических нагрузках; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3
12 Подвижные и спортивные игры (на материале лёгкой атлетики)	5 ч	Знания о физической культуре Из истории физической культуры. Связь физкультуры с традициями и обычаями народа.	1	Предметные: Иметь представления о связи физической культуры с традициями и обычаями народа. Познавательные Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	1, 2
		Игра «Пустое место».	1	Предметные: Соблюдать правила безопасности. Познавательные Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	2, 4
		Игра «Космонавты».	1	Предметные: Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д). Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Познавательные Знать правила подвижной игры.	2

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться</p>	
		Игра «Удочка»	1	<p>Предметные: Связь физических качеств с физическим развитием.</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	2
		Игра «Волк во рву»	1	<p>Предметные: Правила проведения игры.</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	2
Лёгкая атлетика	10 ч	Беговые упражнения с высоким подниманием бедра.	1	<p>Предметные: Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега.</p> <p>Познавательные Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p>	3,2
		Бег с прыжками и ускорением..	1	<p>Предметные: Уметь выполнять беговые упражнения.</p> <p>Познавательные Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	3,2
		Бег из разных исходных положений.	1	<p>Предметные: Уметь пробегать в равномерном темпе .</p> <p>Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания</p>	3,2

				и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		Бег с изменяющимся направлением движения.	1	Предметные: Уметь бегать с изменением направления движения. Познавательные Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4, 2
		Челночный бег	1	Предметные: Уметь выполнять челночный бег Познавательные Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3, 2
		Прыжковые упражнения в длину и в высоту.	1	Предметные: Уметь выполнять прыжковые упражнения Познавательные Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2
		Прыжковые упражнения на двух ногах с продвижением вперёд	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках физической культуры Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	4, 5

				Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		Спрыгивание и запрыгивание..	1	Предметные: Уметь выполнять спрыгивание и запрыгивание. Познавательные Физические качества и их связь с физическим развитием. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.	3
		Спрыгивание и запрыгивание.	1	Предметные: Уметь выполнять спрыгивание и запрыгивание. Познавательные Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	2
		Броски большого мяча на дальность.	1	Предметные: Выявлять характерные ошибки в технике броска. Познавательные Значение закаливания для укрепления здоровья. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	2
Подвижные и спортивные игры (футбол)	2 часа	Удар по неподвижному мячу с места.	1	Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5
		Удар по катящемуся мячу	1	Предметные: Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	3, 2

				<p>Познавательные Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
Гимнастика с основами акробатики	10 ч	<p>Знания о физической культуре</p> <p>Физические упражнения.</p> <p>Характеристика основных физических качеств.</p> <p>Выполнение строевых команд</p>	1	<p>Предметные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой</p> <p>Познавательные Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	2
		<p>Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.</p>	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	1, 4
		<p>Акробатические упражнения. кувырки вперед и назад.</p>	1	<p>Предметные: Уметь выполнять кувырки вперед и назад</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	2, 4
		<p>Акробатические комбинации.</p>	1	<p>Предметные: Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры.</p> <p>Правила поведения и техника безопасности на уроках</p>	2, 4

				<p>гимнастики</p> <p>Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	
		Акробатические комбинации.	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях</p> <p>Контролировать Регулятивные: учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4, 2
		Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.	1	<p>Предметные: Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками.</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4, 2
		Гимнастическая комбинация.	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	4
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>	4

				<p>Познавательные Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.</p> <p>Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	
		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания	1	<p>Предметные: Влияние физических упражнений на развитие гибкости</p> <p>Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	4, 2
		Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой.	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Познавательные Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	4, 2
Подвижные и спортивные игры(на материале гимнастики с основами акробатики)	2 ч	Игровые задания с использованием строевых упражнений.	1	<p>Предметные: Соблюдая правила игр и безопасность.</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p>	4
		Упражнения на внимание, силу, ловкость и координацию.	1	<p>Предметные: Физические упражнениях и их влияние на развитие физических качеств.</p> <p>Познавательные Знать упражнения для формирования правильной осанки</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>	2, 5

				Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
Подвижные и спортивные игры (баскетбол)	10 ч	Специальные передвижения без мяча.	1	Предметные: Уметь выполнять специальные передвижения. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5, 2
		Ведение мяча.	1	Предметные: Отрабатывать навыки ведения мяча. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5, 2
		Броски мяча в корзину.	1	Предметные: Осваивать технику броска. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
		Броски мяча в корзину.	1	Предметные: Осваивать технику броска. Познавательные Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	5, 4
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Гонка мячей по кругу».	1	Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение;	4, 5

				<p>классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Овладей мячом»,	1	<p>Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5, 2
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Подвижная цель»,	1	<p>Предметные: Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5, 2
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Мяч ловцу»,	1	<p>Предметные: Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5. 2
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Быстро и точно»,	1	<p>Предметные: Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. Познавательные Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное</p>	5, 2

				взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Снайперы»,	1	Предметные: Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
Гимнастика с основами акробатики	9 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные занятия. Проведение оздоровительных занятий в режиме дня .	1	Предметные: Уметь составлять комплекс утренней зарядки. Познавательные Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4
		Акробатическая комбинация.	1	Предметные: Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	5
		Совершенствование акробатических комбинаций.	1	Предметные: Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	5
		Преодоление полосы препятствий с элементами	1	Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях.	4

		лазанья, перелезания, переползания		<p>Познавательные Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	<p>Предметные: Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности Познавательные Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2
		Прыжки со скакалкой.	1	<p>Предметные: Осваивать универсальные умения, ловкость . Познавательные Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4
		Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.	1	<p>Предметные: Уметь выполнять опорный прыжок Познавательные Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты</p>	2

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	
		Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла	1	<p>Предметные: Уметь выполнять опорный прыжок</p> <p>Познавательные Знать упражнения на формирования правильной осанки.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2, 3
Подвижные и спортивные игры(на материале гимнастики с основами акробатики)	2 час	Игровые задания с использованием строевых упражнений. «Перестрелка»	1	<p>Предметные: Знать правила техники безопасности.</p> <p>Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	4, 5
		Игровые задания с использованием упражнений на внимание. «Борьба за мяч».	1	<p>Предметные: Уметь выполнять подвижные игры с использованием упражнений на внимание.</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	2
Подвижные и спортивные игры (баскетбол)	12час	Специальные передвижения без мяча.	2	<p>Предметные: Уметь выполнять специальные передвижения без мяча.</p> <p>Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение;</p>	5, 2

				<p>классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Ведение мяча .	2	<p>Предметные: Знать и выполнять технику ведения мяча.</p> <p>Познавательные Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;</p> <p>приобретению новых знаний и умений.</p> <p>Коммуникативные: Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3, 4
		<p>Подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Игра «Мяч водящему».</p>	1	<p>Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.</p> <p>Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4, 2
		Ведение мяча .	1	<p>Предметные: Отрабатывать технику ведения мяча</p> <p>Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	3, 5, 2
		<p>Подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Игра «Передай другому»</p>	1	<p>Предметные: Осваивать универсальные умения ловкости во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	3, 5

		Броски в корзину.	2	Предметные: Осваивать технику броска. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3, 5
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «У кого меньше мячей»	1	Предметные: Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. Познавательные Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Быстро и точно».	1	Предметные: Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 5
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Снайперы».	1	Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. Познавательные Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
Легкая атлетика	10 ч	Способы физкультурной деятельности	1	Предметные: Уметь определять показатели осанки и физических качеств.	3, 2

		Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.		Познавательные Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
		Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра	1	Предметные: Уметь выполнять беговые упражнения по заданию учителя. Познавательные Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	2
		Беговые упражнения: с прыжками и с ускорением.	1	Предметные: Уметь выполнять беговые упражнения по заданию учителя. Познавательные Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	2
		Беговые упражнения: с изменяющимся направлением движения.	1	Предметные: Выполнять беговые упражнения с изменяющимся направлением движения по команде учителя. Познавательные Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2

		Беговые упражнения: из разных исходных положений;	1	Предметные: Выполнять беговые упражнения по команде учителя. Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3, 2, 5
		ГТО. Челночный бег.	1	Предметные: Совершенствовать навыки челночного бега. Познавательные Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4, 5
		ГТО. Высокий старт с последующим ускорением.	1	Предметные: Отрабатывать технику бега с высокого старта. Познавательные Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4, 5
		Прыжковые упражнения в длину и высоту.	1	Предметные: Совершенствовать навыки прыжковых упражнений в длину и в высоту. Познавательные Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2
		Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.	1	Предметные: Выполнять броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.	3, 5

				<p>Познавательные Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность</p>	
		Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	1	<p>Предметные: Совершенствовать технику метания малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p> <p>Познавательные Физические качества и их связь с физическим развитием.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.</p>	2
Общеразвивающие упражнения на материале легкой атлетики	5 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр на спортивных площадках.	1	<p>Предметные: Формирование самостоятельности при организации и проведении игр на спортивных площадках.</p> <p>Познавательные Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p>	2
		Развитие координации: пробегание коротких отрезков из разных исходных положений.	1	<p>Предметные: Развитие координации движения</p> <p>Познавательные Контролировать режимы физической нагрузки на организм.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2
		Развитие быстроты: ускорение из разных исходных положений.	1	<p>Предметные: Развитие быстроты и координации</p> <p>Личностные: Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве.</p> <p>Познавательные Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия,</p>	2

				аргументировать допущенные ошибки	
		Развитие выносливости: бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м .	1	Предметные: Развитие выносливости и быстроты Познавательные Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3, 2
		Развитие силовых способностей: прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком).	1	Предметные: Развитие силовых способностей. Познавательные Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2
Общеразвивающие упражнения на материале гимнастики с основами акробатики	5 ч	Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	1	Предметные: Уметь выполнять комплекс утренней зарядки Познавательные Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4
		Развитие гибкости: комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища	1	Предметные: Развитие гибкости Познавательные Умение структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
		Развитие координации: игры на переключение внимания,	1	Предметные: Развитие координации движения Познавательные Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное	5, 2

				взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
		Формирование осанки: комплексы упражнений на контроль осанки в движении.	1	Предметные: Формирование правильной осанки посредством физических упражнений Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
		ГТО. Развитие силовых способностей: отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку	1	Предметные: Развитие силовых способностей. Познавательные Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	1, 2
Подвижные и спортивные игры (футбол)	9	Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы дыхательных упражнений.	1	Предметные: Уметь выполнять упражнения на дыхание Познавательные Следить за самочувствием при физических нагрузках; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5, 2
		Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу.	2	Предметные: Знать технику удара по неподвижному и катящемуся мячу. Познавательные Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	1, 2
		Футбол: остановка мяча	2	Предметные: Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры Познавательные Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой	2, 3

				системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
		Футбол: ведение мяча.	2	Предметные: Отрабатывать технику ведения мяча. Познавательные Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	2
		Футбол: подвижные игры на материале футбола.	2	Предметные: Выполнять правила игры Познавательные Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных ситуациях Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	3, 2

4 класс (102 часа)

Раздел	Кол-во часов	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на основе универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Лёгкая атлетика	11 ч	Знания о физической культуре .Физическая культура. Правила предупреждения травматизма во время занятий	1	Предметные: Знать правила техники безопасности при занятиях физкультурой Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе	4, 2

		физическими упражнениями.		Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
		Беговые упражнения с изменяющимся направлением движения.	1	Предметные: Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3, 5
		Бег из разных исходных положений	1	Предметные: Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения. . Познавательные: Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	3, 2
		Высокий старт с последующим ускорением	1	Предметные: Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	3, 2
		Челночный бег .	1	Предметные: Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	3, 2

				<p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p> <p>Регулятивные: Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).</p>	
		Прыжки в высоту.	1	<p>Предметные: Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.</p> <p>Познавательные: Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться</p>	3, 2
		ГТО. Прыжки в длину .	1	<p>Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p> <p>Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	1, 2
		ГТО. Прыжки в длину с места ,толчком двумя ногами.	1	<p>Предметные: Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p> <p>Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	1, 2
		Броски большого мяча (1кг.) на	1	Предметные: Уметь выполнять броски набивного мяча на	5

		дальность разными способами.		дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		ГТО. Метание малого мяча на дальность.	1	Предметные: Выполнять броски малого мяча . Познавательные: Следить за самочувствием при физических нагрузках; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	1, 2
		Метание мяча в вертикальную цель.	1	Предметные: Выполнять броски малого мяча . Познавательные: Следить за самочувствием при физических нагрузках; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
Подвижные и спортивные игры (на материале лёгкой атлетики)	5 ч	Знания о физической культуре Из истории физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Игра «Пустое место».	1	Предметные: Иметь представления о связи физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли	1, 3, 2
		Игра «Пустое место».	1	Предметные: Соблюдать правила безопасности. Познавательные: Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	5, 2

		Игра «Космонавты».	1	Предметные: Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д). Познавательные: Знать правила подвижной игры. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться	2
		Игра «Белые медведи»	1	Предметные: Связь физических качеств с физическим развитием. Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	2
		Игра «Волк во рву»	1	Предметные: Правила проведения игры. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	2
				Лёгкая атлетика 10 час.	
Лёгкая атлетика	10 час.	Беговые упражнения с высоким подниманием бедра.	1	Предметные: Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	3, 2
		Бег с прыжками и ускорением..	1	Предметные: Уметь выполнять беговые упражнения. Познавательные: Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека.	2

				<p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Бег из разных исходных положений.	1	<p>Предметные: Уметь пробегать в равномерном темпе . Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	3, 5, 2
		Бег с изменяющимся направлением движения.	1	<p>Предметные: Уметь бегать с изменением направления движения. Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	4, 5, 2
		Челночный бег	1	<p>Предметные: Уметь выполнять челночный бег Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	4, 5, 2
		Прыжковые упражнения в длину и в высоту.	1	<p>Предметные: Уметь выполнять прыжковые упражнения Познавательные: Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3, 2

		Прыжковые упражнения на двух ногах с продвижением вперёд	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках физической культуры Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4, 3, 2
		Спрыгивание и запрыгивание..	1	Предметные: Уметь выполнять спрыгивание и запрыгивание. Познавательные: Физические качества и их связь с физическим развитием. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.	2, 3
		Спрыгивание и запрыгивание..	1	Предметные: Уметь выполнять спрыгивание и запрыгивание. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	2
		Броски большого мяча на дальность.	1	Предметные: Выявлять характерные ошибки в технике броска. Познавательные: Значение закаливания для укрепления здоровья. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	4, 2
Подвижные и спортивные игры (футбол)	2 ч	Удар по неподвижному мячу с места.	1	Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	5, 2

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	
		Удар по катящемуся мячу	1	<p>Предметные: Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные: Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	2
Гимнастика с основами акробатики	10 ч	Знания о физической культуре .Физические упражнения. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	1	<p>Предметные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой</p> <p>Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли</p>	2
		Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.	1	<p>Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	4, 2
		Акробатические упражнения. кувырки вперед и назад.	1	<p>Предметные: Уметь выполнять кувырки вперед и назад</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p>	4, 2

		Акробатические упражнения: стойка на лопатках.	1	Предметные: Выполнять стойку на лопатках Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 2
		Акробатические комбинации.	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 2
		Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.	1	Предметные: Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 2
		Гимнастическая комбинация.	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики Познавательные: Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4, 2

		Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении опорного прыжка. Познавательные: Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 3
		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания	1	Предметные: Влияние физических упражнений на развитие гибкости Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4
		Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Познавательные: Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	4, 2
Подвижные и спортивные игры(на материале гимнастики с основами акробатики)	2 ч	Игровые задания с использованием строевых упражнений.	1	Предметные: Соблюдая правила игр и безопасность. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	4, 2
		Упражнения на внимание, силу, ловкость и координацию.	1	Предметные: Физические упражнениях и их влияние на развитие физических качеств. Познавательные: Знать упражнения для формирования правильной осанки	3, 5, 2

				<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	
Подвижные и спортивные игры (баскетбол)	10 ч	Специальные передвижения без мяча.	1	<p>Предметные: Уметь выполнять специальные передвижения.</p> <p>Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5, 2
		Ведение мяча.	1	<p>Предметные: Отрабатывать навыки ведения мяча.</p> <p>Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	2, 5, 3
		Броски мяча в корзину.	1	<p>Предметные: Осваивать технику броска.</p> <p>Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.</p> <p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем</p> <p>Умение слушать и вступать в диалог</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p>	5, 2
		Броски мяча в корзину.	1	<p>Предметные: Осваивать технику броска.</p> <p>Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;</p> <p>приобретению новых знаний и умений.</p> <p>Коммуникативные: Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	4. 2
		Подвижные игры на материале	1	Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники	4, 2

		баскетбола. «Гонка мячей по кругу».		безопасности во время спортивных и подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Овладей мячом»,	1	Предметные: Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 5
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Подвижная цель»,	1	Предметные: Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 5
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Мяч ловцу»	1	Предметные: Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 5
		Подвижные игры на материале баскетбола. « Вызови по имени ».	1	Предметные: Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;	2, 4

				приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Охотники и утки».	1	Предметные: Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
Гимнастика с основами акробатики	9 ч	Способы физкультурной деятельности. Самостоятельные занятия. Проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).	1	Предметные: Разучить комплекс утренней гимнастики. Познавательные: Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
		Акробатическая комбинация.	1	Предметные: Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 3
		Совершенствование акробатических комбинаций.	1	Предметные: Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3, 2
		Преодоление полосы	1	Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники	4, 2

		препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания		безопасности в условиях. Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	Предметные: Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2, 3
		Прыжки со скакалкой.	1	Предметные: Осваивать универсальные умения, ловкость . Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3, 2
		Передвижение по гимнастической стенке.	1	Предметные: Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные: Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 3
		Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.	1	Предметные: Уметь выполнять опорный прыжок Познавательные: Анализировать результаты двигательной	4, 3

				активности; фиксировать её результаты Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
		Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла	1	Предметные: Уметь выполнять опорный прыжок Познавательные: Знать упражнения на формирования правильной осанки. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 3
Подвижные и спортивные игры(на материале гимнастики с основами акробатики)	2 ч	Игровые задания с использованием строевых упражнений. «Перестрелка»	1	Предметные: Знать правила техники безопасности. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	4, 2
		Игровые задания с использованием упражнений на внимание. «Борьба за мяч».	1	Предметные: Уметь выполнять подвижные игры с использованием упражнений на внимание. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	3, 2
Подвижные и спортивные игры (баскетбол)	12 ч	Специальные передвижения без мяча.	2	Предметные: Уметь выполнять специальные передвижения без мяча. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5,2

		Ведение мяча .	2	Предметные: Знать и выполнять технику ведения мяча. Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	3	
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «Мяч водящему».	1	Предметные: Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	4, 2	
		Ведение мяча .	1	Предметные: Отрабатывать технику ведения мяча Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5, 2	
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «Передай другому»	1	Предметные: Осваивать универсальные умения ловкости во время подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2, 5	
		Броски в корзину.	2	Предметные: Осваивать технику броска. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	2	

				Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
		Подвижные игры на материале баскетбола. Игра «У кого меньше мячей»	1	Предметные: Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	2
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Быстро и точно».	1	Предметные: Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	5,2
		Подвижные игры на материале баскетбола. «Снайперы».	1	Предметные: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. Познавательные: Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5,2
Легкая атлетика	10 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью . Измерение частоты сердечных сокращений во время	1	Предметные: Уметь определять показатели осанки и физических качеств. Познавательные: Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Вести дискуссию, правильно выражать свои	3

		выполнения физических упражнений.		мысли	
		Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра	1	Предметные: Уметь выполнять беговые упражнения по заданию учителя. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	2, 3
		Беговые упражнения: с прыжками и с ускорением.	1	Предметные: Уметь выполнять беговые упражнения по заданию учителя. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	2
		Беговые упражнения: с изменяющимся направлением движения.	1	Предметные: Выполнять беговые упражнения с изменяющимся направлением движения по команде учителя. Познавательные: Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2
		Беговые упражнения: из разных исходных положений;	1	Предметные: Выполнять беговые упражнения по команде учителя. Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	3, 5
		ГТО. Челночный бег.	1	Предметные: Совершенствовать навыки челночного бега.	1, 4

				<p>Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	
		ГТО. Высокий старт с последующим ускорением.	1	<p>Предметные: Отрабатывать технику бега с высокого старта.</p> <p>Познавательные: Правила поведения и техника безопасности на уроках</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	1,4
		Прыжковые упражнения в длину и высоту.	1	<p>Предметные: Совершенствовать навыки прыжковых упражнений в длину и в высоту.</p> <p>Познавательные: Характеристика основных физических качеств.</p> <p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p> <p>Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3,2
		Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.	1	<p>Предметные: Выполнять броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p> <p>Познавательные: Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность</p>	3,2,5
		Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность.	1	<p>Предметные: Совершенствовать технику метания малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p> <p>Познавательные: Физические качества и их связь с физическим развитием.</p>	3,2

				<p>Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет.</p>	
Общеразвивающие упражнения на материале легкой атлетики	5 ч	Способы физкультурной деятельности Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр в спортивных залах	1	<p>Предметные: Формирование самостоятельности при организации и проведении игр в спортивных залах. Познавательные: Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.</p>	3
		Развитие координации: прыжки через скакалку на одной ноге и двух ногах .	1	<p>Предметные: Развитие координации движения Формирование положительного отношения к учению. Познавательные: Контролировать режимы физической нагрузки на организм. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог. Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	3
		Развитие быстроты: броски в стенку и ловля теннисного мяча, из разных исходных положений, с поворотами.	1	<p>Предметные: Развитие быстроты и координации Познавательные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	2,4
		ГТО.Развитие выносливости: равномерный 6-минутный бег.	1	<p>Предметные: Развитие выносливости и быстроты Познавательные: Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки</p>	1,4
		Развитие силовых способностей: прыжки по разметкам в полуприседе и	1	<p>Предметные: Развитие силовых способностей. Познавательные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики</p>	2

		приседе		Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
Общеразвивающие упражнения на материале гимнастики с основами акробатики	5 ч	Физическое совершенствование .Физкультурно-оздоровительная деятельность. Гимнастика для глаз.	1	Предметные: Уметь выполнять комплекс утренней зарядки Познавательные: Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3,2
		Развитие гибкости: индивидуальные комплексы по развитию гибкости.	1	Предметные: Развитие гибкости Познавательные: Умение структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3,2
		Развитие координации: передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях и по сигналу.	1	Предметные: Развитие координации движения Познавательные: Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5
		Формирование осанки: комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.	1	Предметные: Формирование правильной осанки посредством физических упражнений Познавательные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2,3

		Развитие силовых способностей: прыжки вверх-вперед толчкомной о гимнастический мостик	1	Предметные: развитие силовых способностей. Познавательные: Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	2,3
Подвижные и спортивные игры (футбол)	9 ч	Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Гимнастика для глаз.	1	Предметные: уметь выполнять гимнастику для глаз. Познавательные: Следить за самочувствием при физических нагрузках; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	5
		Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу.	2	Предметные: Знать технику удара по неподвижному и катящемуся мячу. Познавательные: Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	3,2
		Футбол: остановка мяча	2	Предметные: Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	3,2
		Футбол: ведение мяча.	2	Предметные: Отрабатывать технику ведения мяча. Познавательные: Характеристика основных физических качеств. Коммуникативные: Осуществлять продуктивное	2,3

				взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
		Футбол: подвижные игры на материале футбола.	2	Предметные: Выполнять правила игры Познавательные: Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных ситуациях Регулятивные: Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр	2,3

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей начальных классов
МБОУ СОШ № 28

от «30»августа 2021 года № 1
_____ Труфанова Л.А.
подпись руководителя МО
Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
_____ Новосельцева Н.Н.
подпись Ф.И.О.
«31»августа 2021 года

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 310227031995278721568419988831218614170173341613

Владелец Шмигельская Ольга Константиновна

Действителен с 13.09.2022 по 13.09.2023