

муниципальное казенное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Ольга»
Ольгинского района Приморского края



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре (УМК «Школа России»)
4 класс

3 часа, 102 часа

каждый часовой недельный цикл в 2000 102ч.

Учитель: Сидорова В.В. начальная школы, первая
Ф.И.О педагога, преподаваемый предмет, категория

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, на основе Закона Российской Федерации «Об образовании».

Учебник: В.И. Лих. «Пространство», 2018 г.
(Литература, изданние, издательство, год издания)

2020 – 2021 учебный год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для учащихся 4-х классов общеобразовательных учреждений средней школы разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования), на основе рабочей программы под редакцией В.И. Ляха 1-4 класс в составе с учетом следующих нормативных документов:

- Базисный учебный план общеобразовательных учреждений РФ. Приказ МО РФ от 09.03.2004г. № 1312(ред. От 30.08.2011г. с изменениями, внесенными МО и Н.РФ от 01.02. 2012г. № 74
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04.2011г.),
- Национальная доктрина образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009г. № 1101-р.
- О продлении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
- О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.
- Закон об образовании РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ

- Примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования Приказ Минобрнауки РФ №373 от 6 октября 2009 года « Об утверждении в ведении Федерального государственного стандарта общего начального образования. За основу взята «Комплексная программа физического воспитания 1 - 11 класс» под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Москва, «Прогресс-Плюс» 2010 г.

Место учебного предмета в учебном плане

Согласно базисному (образовательному) плану общеобразовательных учреждений РФ всего на изучение физической культуры в 4 классе отводится 102 часа, 3 урока в неделю.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляются здоровье, совершаются физические качества, осваиваются определенные личностные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Целью примерной программы по физической культуре является формирование у учащихся 4-х классов основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

1. Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

2. Совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

3. Формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

4. Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, полезным играм, формам активного отдыха и досуга;

5. Обучение прямейшим способом контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Результаты изучения учебного предмета

Личностные результаты:

- * Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопротивления;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нейтральных) ситуациях и условиях;
- * проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей, оказание всесторонней помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- обиение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимомониторинга, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности приоритеты во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, спортивность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при обнаружении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элеменотов соревнований, осуществление их общественного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам пребывания;
- характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;

Структура программы

Структура и содержание учебного предмета заключается в предлагаемой программе в контексте диагностики деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

1. «Знания о физической культуре»;
2. «Способы двигательной деятельности»

- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

3. «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля

Содержание начального общего образования по учебному предмету

Знания о физической культуре

• **Физическая культура.** Физическая культура как система разнообразных форм занятой физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Хольба, бег, прыжки, лазанье, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

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

• **История физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природой, 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 её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

• Способы физкультурной деятельности

• Самостоятельные занятия. Составление простейших закаливающих тренировок, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение откорректированных 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.

• Самостоятельное игра и развлечения. Организация и проведение полезных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

• **Физическое совершенствование**

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

• Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

• Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

- Спортивно-оздоровительная лёгкость. Гимнастика с основами акробатики. Организующие комбинации и приемы. Стросовые действия в ширенге и ходьбе; выполнение строевых комбинаций.
 - Акробатические упражнения. Упоры, седла, упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырок впереди и назад; гимнастический мост.
 - Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с спорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев из упора присев кувырок назад до упора на колених с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.
 - Упражнения на никкой гимнастической пересадке: висы, перекаты.
 - Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перекат, согнув ноги, в вис сяди согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис спин согнувшись со склоном ширёл ноги.
 - Опорный прыжок с разбега через гимнастического кюста.
 - Гимнастические упражнения прикладного характера. Присажи со скакалкой. Перемещение по гимнастической стенке. Прелодение полосы препятствий с элеменами лазания и переселания, перепрыгивание по никкойной гимнастической скамейке.
 - Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из различных исходных положений; чёткочный 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 (1,2 кг) на дальность различными способами.
 - Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность.
 - Лёгкие гонки. Перемещение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.
 - Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.
 - На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.
 - На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.
 - На материале спортивных игр:
 - Футбол: удар по исподниному и катящемуся мячу; остановка мяча; пасение мяча; подиожные игры на материале футбола.
 - Баскетбол: спешенные передвижения без мяча; броски мяча в корзину; подиожные игры на материале баскетбола.
 - Волейбол: подбросывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подиожные игры на материале волейбола. Народные подвижные игры разных народов.
 - Гандбол: ловля и передача мяча двумя руками, ведение, броски по воротам с заданного расстояния, подиожные игры на материале гандбола. Игра по упрощенным правилам.
- Требования к образовательным результатам обучаемых.**
- Личностные**

- научут понимать значение занятий физической культуры для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
- научут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.

Обучающиеся:

- освоют первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;

Метапредметные

«научатся самостоятельно составлять комплекс отдыхоровительных упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование для занятий подвижными играми со своими сперстниками».

- освоют правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- научатся наблюдать за изменениями собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств, оценивать величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
- научатся находить компромиссы при принятии решений, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения.

Предметные результаты

- приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; листать и перелетать через препятствия; выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; передвигаться на лыжах (в снежных районах России); будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;
- научатся навыками организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол; в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.
- смогут самостоятельно осуществлять судейство подвижных и спортивных игр, проводить занятия в качестве командиров отселения.

Внеклассная занятость учащихся.

Программа предусматривает проведение внеklassных (кружки, секции) занятий, работы детей в группах, парах, индивидуальная работа, работа с привлечением родителей, тренеров. Занятия проводятся в учебном кабинете, спорт. зале, в музеях различного типа, библиотеках, на школьном участке, исследовательская деятельность включает проведение опытов, наблюдений, экспериментов, экскурсий, заселаний, олимпиад, викторин, КВНов, встреч с интересными людьми, соревнований и т.д. Данный вид деятельности предусматривает поиск необходимой недостающей информации в энциклопедиях, справочниках, книгах, на электронныхносителях, в Интернете, СМИ и т.д. Источником нужной информации могут быть взрослые представители различных профессий, родители, ученые люди, а также другие дети.

**Годовой план-график прохождения учебного материала
по физической культуре в 4 классах**

Разделы программы	Кол-во часов	Четверти			
		1	2	3	4
Базовая часть		1-16	17-27	28-48	49-69
Легкоатлетические упражнения	78				
Гимнастика с элементами акробатики	16				
Подвижные игры с элементами спортивных игр			21		
Лицейская подготовка				9	
Вариативная часть	24				
Подвижные игры с элементами баскетбола и лёгкой атлетики					19
Итого	102	27	21	30	24

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗУН

Оценка успеваемости - одно из средств повышения эффективности учебного процесса. Она помогает контролировать освоение программного материала, информирует о лингвистической подготовленности учеников, стимулирует их активность на занятиях физическими упражнениями.

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащихся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности. Оценка ставится за технику движений и теоретические знания.

По основам знаний.

Оценочная знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

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

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются проблемы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте. С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и с некоторыми ответами на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении. Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрации их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по различию силы с выполнением конкретного комплекса и т.л. По технике владения двигательными действиями, знаниями, навыками Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но непросточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «З» - положительное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вымова, упражнений и комбинированной.

Уровень физической подготовленности, 4 класс(10 -11 лет)

Контрольное упражнение	Мальчики			Девочки	
	высокий	средний	низкий	высокий	средний
Бег 30м	5,0	6,1-5,5	6,6-6,3	5,2-5,1	6,5-6,3
Бег 60м	10,0	10,8	11,0	10,3	11,0
Бег 3х10м	8,6-8,5	9,5-9,3	9,9-9,7	9,1-8,9	9,7-9,3
Прыжок в длину с места	185-195	140-160	130-140	170-185	140-150
Выносливость Бег 6 минут	1250-1300	900-1000	850-900	1050-1100	750-900
Бег 1000м	4,30	5,00	5,30	5,00	5,40
Гибкость, наклон вперед из положения сидя	8,5-10,0	4,6-8	2	14,0-15,0	14,0-15,0
Словные. Ползание	5-6	3-4	1		7-10
На низкой перекладине				18-19	8-10-14
Ползем туловища из положения сидя, пол углом 30° за 30 секунд выше	21-24 и выше	11-20	10 и ниже	19 и выше	10-18
					9 и выше

Список учебно-методической литературы

Для учителя

1. В.И. Лих. Рабочая программа по физической культуре 1-4 классы, М.: Просвещение, 2013г.
2. В.И. Лих. «Физическая культура» учебник для общеобразовательных учреждений – 1-4 классы, издание М.: Просвещение 2012г.
3. В.Н. Верхлин, К.А. Воронков «Физическая культура». Входные и итоговые проверочные работы: 1-4 классы – М.: «ВАКО» 2012г.
4. А.Ю. Патрикес «Подвижные игры» 1-4 классы М.: «ВАКО» 2007г.
5. В.И. Козалько. Проверочные работы по физкультуре 1-4 класс, методические рекомендации , М.: «ВАКО» 2005г.
6. И.А. Гуревич «300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию», практическое пособие – 2-е издание, Мин.: ВЫИИ, Шк. 1994г.
7. Виннер, Йорг, «Олимпийские игры» /пер с нем. Е.Ю.Жириновой М.: ООО ГД «Издательство Мир книги» 2007г.
- 8.Планирование учебной деятельности, рабочие программы по учебнику В.И. Лиха 1-4 классы, автор – составитель Р.Р. Хайрутдинов. Издательство «Учитель» 2013г. Волгоград.

Для учащихся

- 1.В.И.Лих учебник, «Физическая культура 1-4 классы»
2.М. «Просвещение», 2012г.
- 3.Т.С.Лисицкая, Л.А. Новикова «Физическая культура 3-4 классы»
«Астрем», 2013г.

Календарно – тематическое планирование

№	Тема урока	Тип урока. Количе- ство часов	Элементы содержания	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)		Цели по плану	Цели по фактам
				Предметные УУД	Направленные УУД		
Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности							
Техника безопасности на уроках физической культуры и спорта	Вводный 1 час	Ходьба с изменением длины и частоты шага.	Уметь с правильной выполнить основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью.	Овладение базовыми предметными и предметно-предметными способностями, и понятиями, образующими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию	Потребность в общении с учителем	Формирование социальной роли участника.
ПОДРОБНОСТИ	На заданной скорости и заданным коридоре.	Игра «Смена стороны».	Игра «Смена стороны».	Умение слушать и вступать в диалог	Формирование положительного отношения к учению		
		Обмен информацией.	Встречная эстафета.				
		Развитие координации	Развитие				

Бег.	скоростных способносте-й. Комплексный упражнений на развитие физических качеств. Инструктаж по ГБ	безопасности на занятиях: с ознакомомъ с содержанием занятий физической культурой, гигиеническими и эстетическими требованиями к комплексу одежды для занятий физкультурой; повторять обиные представления о строевах командах и распорядженях	Поведения на занятиях:	
Техника высокого старт с последующим им ускорением.	Кем бини- рован- ный 1 час Техника	Участник принялъ исполнить основные движения ходьбе и беге, бегать с характеризую- щим	Овладение фактами истории развития физической культуры в ходе и беге,	Умение взаимодействие организации и вать. жестность форме сличения способа хастности и его

Чемпионат бета ЭК100. Олимпийско е игры: история возникновен ия.	Несколько преградений. Бег с максимальн ой скоростью 30 м. Игра «Кот и мыши». Развитие стартовых способносте й. Олимпийски е игры: история возникновен ия	Максимальной скоростью 30 м, бегать «челноком» скоростью 30 м. Игра «Кот и мыши». Развитие стартовых способносте й. Олимпийски е игры: история возникновен ия	Изот её роль и значение в жизнедеятельно сти человека, связи с трудовой войской и действительностью Определение факторов истории развития Олимпийских игр	С достичением надежд и цели в результате в заданных условиях
Урок	- игра на матрасе	Положение игры «Кот и мыши», «Невод», «Пустое место» Эстафета с предметами	Планирование и организаци и занятий активно вспомогательных и физических упражнениях и в режиме турников, тренировок и в отдельность отдыха с использовани ем средств физической культуры	Проявление положительные качества личности и управление своим эмоциями в различных нестандарт ных ситуациях и условиях

Бег 30 м с высокого старта на результат.	Контрольный 1 час	Бег результат 30 м. Разные скоростных способности	Уметь правильно выполнять движение ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 30 м.	<p>Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса в результате деятельности</p> <p>Игра «Смена стороны». Понятия: эстафета, спарринг, финиш Техника челночного бега 3х10 м.</p> <p>Представление с физической культурой как средством укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека</p> <p>Понимать термины: эстафета, спарринг, финиш</p> <p>Умение доносить информацию как в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми</p> <p>Прожигать специализированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>

Чемпионат по бегу 3х10 м на результат. Прыжки в длину с места.	Контрольный бег 3х10 м на результат. Прыжки в длину с места. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей и Олимпийские игры: история возникновения XXII олимпийских игр в г. Сочи.	Уметь пробегать «челюстями» этап 3х10м с максимальной скоростью; совершенствовать и развивать прыжки в длину с места. Игра «Смена сторон». Понятия: алфавета, спорта, фамилии. Знать современную историю олимпийского движения.	Рефлексия способов условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	Умение объяснять и правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно исправлять их	Потребность в общении с учителем и сверстниками, и находить общий язык и общие интересы	Оказывать бескорыстную помощь своим
Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Эстафеты	Командные игры «Белые медведи», «Космокаютчи», «Пустое место»	Продолжать формирование представлений о правилах безопасного	Умение анализировать и объективно оценивать результаты	Умение организовывать и в паре, выбирать и	Формирование социальной роли участника. Формирование положительного отношения	

	с предметом и без них.	Место» Эстафеты с предметами и без них. Приложи в длину с места «Кто дальше»	поведения при занятиях физическими упражнениями ; повторить ранее сделанные упражнения;	физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизни села	собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	использовать средства достижения целей	к учению
	Приложи в длину с места.	Комбинированый	Прыжок в длину с места. Игра «Волк и язва».	Умение с правильно выполнить движение в прыжках, правильно присемляться	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий,	Умение организовывать собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организацию места занятий	Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
	Приложи в длину с места.	Прыжок в длину	Развитие скоростно-силовых качеств.	Влияние бега на здоровье	Умение вовлекать со сверстниками в достижении целей		
			Влияние бега на здоровье				

Места на результат. Подготовка на переследни- ке.	1 час	Места на результат. Подготовка на переследни- ке.	выполнять движения в призраках; уметь правильно приседать; прятаться; двигаться с места. Игра «Волк во рву» Развитие скоростно- силовых качеств. Правила соревновани- й в беге, призраках	условий действия, контроль и оценка процесса и результатов действности и результата с заданным этапом	я, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным этапом	информацию в доступной, эмоциональ- но – яркой форме в процессе общения и взаимодей- ствия со сверстникам и и взрослыми	качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандарт- ных) ситуациях и условиях
Урок – игра на материале материях легкой атлетики. Соревнов- ания	–	Ком- бинации игры «Бене- мальчики», «Космонавт ы», «Пустое место» Эстафеты с предметами и без них. Соревнован- ия между комнатам- и, игра «Самый быстрый»	Приложение № 1 Знать правила игр, применять их в разнообразных условиях Иметь представление о взаимной связи между играми и объектами процессами.	Опытение базовыми предметами и предметами и метапредметными и понятиями, отражющими существенные свойства вещей	Оценка – выделение и осознание учениками того, что уже установлено в школе	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	

Метание малого мяча и шаров с 4-5 метров на результат.	Контрол- льный 1 час	Метание малого мяча в цель с 4-5 метров на результат.	Уметь метать из различных положений на дальность и в цель. Знать приёмы закаливания. Уметь правильно определять свое расстояние. Метание наибольшего массы.
Метание малого мяча и шаров с 4-5 метров на результат.		Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результата дальности	Представлени- е физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека и в достижения целей

Кроссовая подготовка - 14 часов

Урок-игра, соревнование	Командный розыгрышный 1 час	Подражание игра «Зайцы в городе», «Приключения в городке», Соревнование «Самый ловкий», Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр, применять их в различных условиях	Обеспечивание защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культуры	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение доносить информацию в доступной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми	Активно участвовать в общении и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
-------------------------	-----------------------------	--	--	--	--	--	---

Бег с изменен- ем направ- лений.	Ком- бини- рован- ный	Бег изолирован- ным на местности	Уметь бегать в разномерном темпе до 5 минут.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, и отражениями своих личных качеств личности и своими эмоциями в различных (нестандарт- ных) ситуациях и условиях
Плавание с игры на матрасе спортивны- х игр.	1 час	Разминка бег 5 мин. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м ходьба), Игра «Салки на маршах». Развитие выносливости	Уметь бегать в разномерном темпе до 5 минут, че- редовать ходьбу с бегом Иметь холды (80 м бег, 100 м ходьба), Игра «Салки на маршах».	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения

Цели и задачи	Содержание	Методы и технологии	Оценка	Критерии оценки			
развивать творческую инициативу, способность к общению, социальную компетентность, межличностные отношения, нравственное развитие, здоровье, физическую подготовку, здоровый образ жизни.	Игра «Салки на маршрутах». Развитие навыков вождения салки, веса, силы.	Игра «Салки на маршрутах». Развитие навыков вождения салки, веса, силы.	Проводится игра «Волк по рву», «Салки на маршрутах», «Перебежка с изуроцкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в различных условиях парного салки на маршрутах, салки с изуроцкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качеств и уровня усвоения.	Умение - активно включаться в коллективную деятельность, находить с ними общий язык и общие интересы.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
развивать творческую инициативу, способность к общению, социальную компетентность, межличностные отношения, нравственное развитие, здоровье, физическую подготовку, здоровый образ жизни.	Урок-игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Комбинированная игра «Волк по рву», «Салки на маршрутах», «Перебежка с изуроцкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в различных условиях парного салки на маршрутах, салки с изуроцкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качеств и уровня усвоения.	Умение - активно включаться в коллективную деятельность, находить с ними общий язык и общие интересы.	Умение - активно включаться в коллективную деятельность, находить с ними общий язык и общие интересы.	Умение - активно включаться в коллективную деятельность, находить с ними общий язык и общие интересы.

Бег по пересечённой местности	Комбинированная трасса 1 час	Бег 7 мин. Продолжение е прерывистый. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Уметь бегать в равномерном темпе до 7 минут, чередовать ходьбу с бегом.	Обеспечивание защиты природы и сохранности земельного участка в режиме охоты активного отдыха, с занятий физической культуры	Планирование занятий с физическими упражнениями в доступной форме и в режиме занятия и социального взаимодействия с организацией отдыха с использованием средств физической культуры	Умение заносить информацию в доступной форме в виде эмоционально-яркой формы в виде результатов занятий эталоном	Волевая саморегуляция, контроль в сфере способа действия и способа регуляции и социальный эталон
Бег по пересечённой местности	Комбинированная трасса 1 час	Бег 7 мин. Продолжение е прерывистый. Чередование бега и ходьбы (90 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Уметь бегать в равномерном темпе до 7 минут, чередовать ходьбу с бегом.	Овладение базовыми предметами и предметным межпредметным понятием, с отражениями существенных связей и отношениями между объектами и процессами.	Представление физической культуры как средств укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Активно включаться в общие взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества	

Урок-игра, соревнование.	Комбинированый 1 час	Положительные игры «Волк во рву», «Салки на деревне», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в различных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
Урок-игра, соревнование.	Комбинированный 1 час	Бег по пересечённой местности. Преодоление различных препятствий.	Уметь бегать в ганометрическом темпе до 8 минут, чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м напряжения	Умение выбирать и использовать средства достижения цели

холода). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие многосторон ности.	мыши при выполнении упражнений	и способы их улучшения	и зостижения целей	в
Физические качества и их связь с физическими результатами.				

Урок-игра, соревнование, Встречи с	Комбинированый	Положительные игры «Волк во рву», «Салки на морозе», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях. Иметь представление об оказании первой помощи с пострадавшим при занятиях физическими упражнениями в случаях попадания различных посторонних предметов в движательные пути, ухо, нос	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами при занятиях	Планирование в общении с учителем и соучастниками	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Планирование учебного сотрудничества с учителем и соучастниками	с и

Бег по пересечённой местности	Комбинированная тренировка	Бег 8 мин. Продолжение до 8 минут, препятствий	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередование бега и ходьбы с бегом ходьба (100 м бег, 70 м ходьба).	Выбор наиболее эффективных способов решения задачи в зависимости от конкретных условий;
				Оценка - выполнение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще неизвестно;

				Потребность в общении с учительем Умение слушать и действовать и его результат в виде зданием эталоном
				Постановка вопросов и разрешение конфликтов

Бег по пересечённой местности	Бег 8 мин. Продолжение с прыжками 1 час	Уметь бегать в равномерном темпе до 8 минут, чередование бега и ходьбы с бегом ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой».	Выбор наиболее эффективных способов решения задач и зависимости от конкретных условий;	Оценка - выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что еще неизвестно;

Урок-игра, соревнование.	Комбинированый вид спорта	Познавательные игры «Волейбол на руках», «Салки на морщах», «Перебежка с выручкой»	Знать и уметь: правила игр в различных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
Всегда с эстафетами без предмета в и с предметами	1 час	«Более 1 км. на результат.	Оценка - выделение и осознание учеником того, что уже усвоено и что еще полезно усвоению, осознание качества и уровня усвоения.	Потребность в общении с учителем и его результатом с заланным эталоном

Познавательные игры – 2 часа

<p>Познавательные игры на материальном материале</p> <p>Комбинированная игра на спортивных играх.</p> <p>1 час</p>	<p>ОРУ в движении.</p> <p>Игры: «Мяч ловец», «Гонка мячей по кругу».</p> <p>Эстафеты.</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей</p>	<p>Знать и выполнять правила игр в различных условиях</p> <p>Правильно оценивать свое самочувствие и контролировать свое организм спрашивается с физическими нагрузками</p>	<p>Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</p> <p>установление контакта с результатом</p>	<p>Представление физической культуры как средства укрепления здоровья,</p> <p>физического развития и физической подготовки человека</p>	<p>Умение активно</p> <p>влиять на</p> <p>результативность</p> <p>и его</p> <p>результатат</p> <p>с заданным эталоном</p>	<p>Волевая саморегуляция,</p> <p>контроль в форме спичения и его действия и его</p> <p>результатат</p> <p>с заданным эталоном</p>
<p>Урок-игра,</p> <p>соревнования.</p> <p>1 час</p>	<p>Игры: «Мяч ловец», «Гонка мячей по кругу».</p> <p>Эстафеты между командами</p>	<p>Знать и выполнять правила игр в различных условиях</p>	<p>и</p> <p>Опыление фактами истории развития физической культуры,</p>	<p>Умение организовать</p> <p>деятельность</p> <p>шар, выбирать и</p> <p>использовать</p> <p>средства</p>	<p>Проявлять</p> <p>положительные</p> <p>качества личности и</p> <p>управлять своим</p> <p>эмоциями</p> <p>и</p> <p>различных</p> <p>(нестандартных)</p> <p>сituаций и</p>	

И	скоростно-силовых способносте-й	ими её роль и значение в жизнедеятельности сти человеческой связи с трудовой и военной активностью	бы и находить ошибки, эффективно их исправлять.	достижения плана	условиях
---	---------------------------------	--	---	------------------	----------

Гимнастика – 18 часов

Инструкт аж по технике безопасности по физическ ой культуре (занятия на материалах)	Ком бини рованы на 1 час	ОРУ. Кувырок инверс. кувырок назад.	Уметь выполнить строевые команды, акробатически е элементы разделено и в комбинации.	Формированн е социальной роли участника. Формированн е положений ого отношения к учению	Формированн е организованн ой деятельности в паре, выбирать и использовать средства достижения плана	Умения организовывать деятельность в соответствии с гигиеническими принципами, уважения и доброжелательности, взаимопомощи и спортивных	Активно включаться в общение со сверстниками на уроках
---	--------------------------	-------------------------------------	--	---	--	---	--

гимнастик и с основами акробатики и). Кувырок перед и назад. Стр оение уражнен ий.	«Волнико», «Шире шаг!», «Чане шаг!», «Реже!», «На первый- второй расчитайся! », Инструктаж по ТБ. Развитие координации иных способств ия. Инструктаж по ТБ	безопасности поведения на занятиях; иметь общие преподавания о строевых командах и расторжениях Выполняет команды: «Шире шаг!», «Чане шаг!», «Реже!», «На первый-второй расчитайся!».	СТИ человека, связи с трудовой и воспиной деятельностью			
Аэроби ка. Строевые уражнен ия.	Ком бини рован ный 1 час	ОГУ. Мост с помощью и самостоятель но Кувырок изнанки, и назад и перекат, стойка на локтях.	Оценивание красоты телосложения и строевые команды, акробатически е элементы с этажными раздельно и в обратном. комбинации	Планировани е занятий физическими упражнениями и в режиме штурма, организация стенда с использовани ем средств	Учащий активно используется в коллектив ную действительность организаци и спорта с взаимодейст вовать со сверстникам	Проявлять положительные качества личности и управлять своим эмоциями в различных (нестандарт ных) ситуациях и условиях

Выполнение команд: «Становись!», «Разведайся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Чище шаг!», «Реже!», «На первый-второй расчитайся!», «Наг!», «Реже!», «На первый- второй расчитайся!»;	Получать навыки в перestroенных; Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чище шаг!», «Реже!», «На первый-второй расчитайся!», «Наг!», «Реже!», «На первый- второй расчитайся!»;		Физической культуры	и достижени целей

Урок-игра,	Комбинированные соревнования, 1 час	Поливидные игры	Знать и выполнять правила игр «Чехардан», «Бой петухов», «Гол, нос, поголо»	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; Иметь представление о преимуществах здорового образа жизни;
Игры - эстафеты с пересечениями и подсчётом	Игры - эстафеты с пересечением и подсчётом	Мост с помощью и помощниками	Контрольный 1 час	Продолжение физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека

		иных способствий. Игра «Что изменилось?»					
	Урок-игра, соревнование.	Комбинированный 1 час.	Подвижные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Под, нос, потолок» Соревнование «Чай «березка» лучше	Знать выполнять правила игр в различных условиях	и Оценивание красоты	Умение организована ть собственную деятельность с учетом ее требований ее безопасности, организаций места занятий	Активно включаться в общение взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопреживания
	Высказывания.	Комбинированый 1 час.	Построение в две шеренги. Перегонки с из двух переног в два круга. Выстои и ложа. Погоняния в висе. Выс	Уметь предметами. Построение в две шеренги.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирования с результатом	Оценка – выполнение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что еще предстоит усвоить, прогнозирование с результатом	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях (нестандартных) в условиях и

Завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты.	Игра	Посадка картофеля. Развитие силовых качеств	Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастических скамейках.	Развитие силовых способностей

Виды Подтягива- ние. Отжиман- ие.	Как быть ровни- нами 1 час. с.	ОРУ предметами. Построение в две сторони- ти.	Уметь выполнять высокие и упоры	Выбор наиболее эффективных способов решения задач и зависимости от конкретных условий;	Оценка - выделение и осознание учеником того, что уже установлено и что еще	Ногиность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Произвать дисциплинированно- сть, трудолюбие и упорство и достижение поставленных целей
Строевые упражнен- ия. Танцеваль- ные упражнен- ия.	С из двух шеринг в два круга. Вы- стои и лежа. Подтягивани- е в висе. Вы- зывом, выс- ти согнутых руках, согнув ноги. Поднимание ног в висе. Эстафеты.	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Постановка вопросов и разрешение конфликтов				

Колесах и в упоре на гимнастичес кой скамейке, развитие силовых способностей. И. Шаги галопа и прыжки в варах.	Познавательные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Шашки», «Пол, яос, потолок» Эстафеты с предметами ми.	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Умение планировани е занятий физическими упражнениями и в режиме дня, организаци я отдыха с использовани ем средств физической культуры
Урок - игра, бина рован ион ие. Эстафеты с предмета ми. Комплекс корректиру ющих упражнен ий на контроль опущен	Познавательные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Шашки», «Пол, яос, потолок» Эстафеты с предметами ми. Контроль осанки и движений	Знание фактов и истории развития физической культуры, характеристи ки её роли и значение в жизнедеятельно сти человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы

№	постановка головы, плеч, позвоночника ого стола.	Контроль осанки и движений	Умение выполнять упражнения	Представление и с физической стороны как средство для усиления здоровья, физического развития и результатов деятельности
Отжиман ие от скамейки (зачёт)	Контрол ьный час (зачёт)	Рефлексия способов условий действий, контроль и опенка процесса и результатов деятельности	Умения активно включаться в коллективную и свою деятельность, взаимодействовать со сверстниками и достижениями	Волевая саморегуляция, контроль в форме способа смысления и его результата с заданным эталоном

Вид ОРУ	с предметами. Игра с Маскировк и в колоннах, Развитие силовых способств ий					
Виды Полета ния (учёт), Открытие с.	Контрол ьный 1 час шеренги. Перестроени е из двух шеренг в два круга. Выс стой и лежа. Выс на согнутых руках. Подтягивани е в инве (учёт). Поднимание ног в инве	Построение в две шеренги. Перестроени е из двух шеренг в два круга. Выс стой и лежа. Выс на согнутых руках. Подтягивани е в инве (учёт). Поднимание ног в инве	Умение выполнять высокие и упоры	Умение выбирать наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, прогностизированн е результата анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки,	Активно включаться в общение и взаимодействие со специалистами на принципах и форме в уажания и доброжелатель ности, и взаимопомощи и сопреживания и и в врачебными документами

			Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке.	
			ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей	
1	Урок - Комбинация игр, соревнований, соревнование.	Подвижные игры «Нешарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок»	Знать и выполнять правила игр в различных условиях	Умение анализировать и предметными и метапредметным и понятиями, отражающими существенные связи и отношения между предметами Соревнование «Лучший акробат». Комплекс ОРУ с комплексной ской паской
			Овладение базовыми	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения
			и	Потребность в общении с учителем
				Умение слушать и вступать в диалог
				Постановка вопросов и
				разрешение конфликтов
				Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
				11.1
				2
				3

		ОРУ с гимнастикой и пилой.	
Опорный прыжок, лазание по канату	Комбинированый вид спорта 1 час	<p>ОРУ движением.</p> <p>Опорный прыжок на горку матов.</p> <p>Вскок в упор на коленях, скосок взмахом рук.</p> <p>Лазание по канату в три приема.</p> <p>Передвижение через препятствие.</p> <p>Игра</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Прокати быстрее мяч. ◦ Развитие скоростной 	<p>Уметь лазать по гимнастической стенке, и канату, выполнять опорный прыжок</p> <p>Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата занятия</p> <p>Умение организовать собственную деятельность в шире, с учётом требований её безопасности, организацией места занятия</p> <p>Проявлять энтузиазмированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>

Опорный прыжок, лазание по канату	Комбинированый, 1 час	Организм движений. Лазание по канату в три приема. Опорный прыжок на канату.	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок с опорой на колени, прыгок на горку матов. Весок в упор на коленях, скоки в замахом рук. Перелезание через препятствие.	<p>Оценка - выделение и оценивание красоты телосложения и осанки, основанное на выполнении заданий с учащимися того, что уже усвоено и что еще предстоит изучить, с помощью образами.</p> <p>Оценка - выделение и означене их с учащимися способами.</p> <p>Оценка - выделение и означене их с учащимися способами.</p> <p>Оценка - выделение и означене их с учащимися способами.</p> <p>Оценка - выделение и означене их с учащимися способами.</p> <p>Оценка - выделение и означене их с учащимися способами.</p>	<p>Умение активно включаться в коллективную деятельность, находить с ними общий язык и общие интересы</p> <p>Умение активно вовлекаться со сверстниками в достижении целей</p>	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</p> <p>В</p> <p>В</p> <p>В</p> <p>В</p> <p>В</p>	16.1 2

		силовых качеств	Передвижен ие по многограннику, противоходо м, с гимнастикой.					
		Положение	Знать выполнить правила игр «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» (соревнова ния по подтягива нию). Эстафеты с предмета ми.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; Иметь представление о правилах соревнований Соревновани е кто самый сильный «спильный» (соревнован ия по подтягивани ю).	Планирование и с занятий физическими упражнениями и в режиме дня,	Умение доносить информацию в доступной, эмоциональ но – яркой форме в процессе общения и использовани ем средств физической культуры и в возрастном подъеме	Волевая саморегulation, контроль в форме способы спечения и сто действий и сто с результатов созданным эталоном	18.1 2
		Ком бинир ован ный тас самый сильный (соревнова ния по подтягива нию). Эстафеты с предмета ми.	Знать выполнить правила игр «Чехарда», «Бой петухов», «Пол, нос, потолок» (соревнова ния по подтягива нию). Эстафеты с предмета ми.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозировать результат в результате применения безопасности и поведения при выполнении упражнений на равновесии, о режиме дня младшего школьника	Представлени е физической активности	Представлени е физической активности	Активно вспомога ть	19.1 2
		Опорный	Ком бинир ован ный	Оруд и движущими	Уметь извать по кангу	Выбор наиболее эффективных		

	Прыжок, дрифтинг	Лазание по канату по опорный прыжок	Изучение способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Учитель как культура средств укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека	Умение слушать и выступать в диалоге Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Общие взаимодействие со старшими на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничания	И
	Ровный дрифтинг 1 час	Лазание по канату в три приема. Пересечение через препятствие, Опорный прыжок на горку матов. Весок в упор на коленях, скок на пятах рук. Игра «Пролети быстрее мяча», Развитие скоростно-силовых качеств					
	Опорный прыжок, лазание 1 час	Контроль лазания по канату (учёт)	Уметь лазать по канату, выполнять опорный прыжок (учёт). Пересечение через препятствие, Опорный прыжок на	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения движательных действий, выбирать и анализировать способы достижения целей	Проявлять организованность, трудолюбие и упорство, паре, достигнувших поставленных целей использовать средства достижения целей	23.1 2

			ИХ исправить		
горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок взмахом рук. Игра «Прокати быстрые мячи». Развитие скоростно- силовых	Полиножные игры	Знать выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты и расположения и телосложения и осанки.	Умение анализировать и объективно описывать результаты собственного труда,	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
Урок- игра. Ком- бини- рован- ный час 1 час	Ком- бини- рован- ный час 1 час	Кто самый сильный (соревнов- ания по подтягива- нию). Эстафеты с предмета- ми.	Правила игр в разнообразных условиях с эпизонными образами. Эстафеты с предметами Соревнован- ие «Кто самый сильный» (соревнован- ия по подтягивани- ю).	и сравнение ИХ с эпизонными образами. Эстафеты с предметами Соревнован- ие «Кто самый сильный» (соревнован- ия по подтягивани- ю).	Безмолвист- овать, со сверстникам в возможности и способы их в улучшения достижения целей

Познавательные игры – 3 часа						
Народные игры.	Комбинированный с предложенными через предложенными и макетами.	Поливожные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочка»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.	Волевая саморегуляция я, контроль в форме сличения и способа действия и его результата с заданным эталоном	Умение активно включаться в общение в взаимодействии со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, изысканности и изящества
Народные игры.	Комбинированный с предложенными через предложенными и макетами.	Поливожные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочка»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Планирование с занятый физическими упражнениями и в режиме дыхания, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умение лояльность, информацио в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми	Проявлять положительные качества личности и управлять своим эмоциями в различных ситуациях и условиях
Народные игры.	Комбинированный с предложенными через предложенными и макетами.	Поливожные игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочка»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; противостояние с результатом	Умение с помощью волевого усилия вести себя в различных ситуациях и условиях	13.0

<p>Игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подвижным), Эстафеты с предмета на предмет</p> <p>Бини рований на 1 час</p>	<p>Игры «Чехарда», «Бой петухов», «Зайчик», «Удочки», Соревнование «Кто не самый сильный» (соревнование по полноте юношеских Эстафеты с предметами)</p>	<p>Выполнять правила игр в разнообразных условиях</p>	<p>эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, прогнозировать и результаты</p>	<p>с занятий физическими упражнениями и в режиме дыхания, организацию отдыха с целью улучшения физической культуры</p>	<p>дonoсить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в залитных эталоном</p>
<p>Инструктаж по технике безопасности на время проведения игр.</p> <p>Значение</p>	<p>Комбинированная техника на 1 час</p>	<p>ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи».</p> <p>Развитие скоростно-силовых способностей</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с мячом, прыжками, метанием мяча.</p> <p>Иметь представление о пользе полезных занятий для</p>	<p>Представление о физической культуре как средствами укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки между</p>	<p>Проявлять интерес к спорту, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>

положен ых игр.	ИТБ	органима младшего школьника	и объектами процессами.	
Познава- ющие игры	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые мелкиши». Развитие скоростно- силовых способносте- й	Уметь играть и подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Понимать термины «стресс», «стремление»;	Овладение фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизнедеятельно- сти человека, связи с трудовой и военной действностью при подвижных играх;	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять
Спортив- ные поэмы	Ком- биниро- ванный 1 час	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые мелкиши». Развитие скоростно- силовых способносте- й	Знать и выполнять правила игр и теплоложении и	Умение анализировать и включаться в учебника.

№ игры	Над 1 час	движения: Ведение мяча правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (шар). ОРУ. Игра «Передал – садись». «Меч Лонцу». Развитие координационных способностей	разнообразных условиях: осанки, сравнение их с эталонными образцами.	объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их и улучшения	коллективную деятельность, включая обмен со сверстниками и достижение целей	Формирование положительного отношения к учению
Полезные игры	Комбинированные игры	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые мальчики».	Уметь играть в подвижные игры с мячом, прыжками, метанием.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, пропорционально скоростно-	Умение организовать собственную деятельность в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе обучения	Активно включаться в обмен информацией со сверстниками на языке общего понимания

		силовых способностя	с результатами	организации места занятий	общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	ности, и вынужденного сопротивления
Полиэтины игры	Комбинированный	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи», «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в ползущие игры с белым, прижками, метаниями	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Волевая саморегуляция я, контроль в форме слияния способа действия его и результаты с заданным эталоном	Формирование социальной роли участника. Формирование положительного отношения к учению
Спортивные игры	Комбинированные и ползущие игры	Ловля мяча	Знать и выполнять правила игр в различных видах спорта	Овладение фактами истории развития пар, и в режиме	Умения организовать физическими упражнениями и в парах	Проявлять, листилинированность, трудолюбие и упорство в достижении

		ногами». Развитие скоростно- силовых качеств	человека	и достижения щелей	и
Познавательные игры	Комбинированный 1 час	ОГРН. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка» под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	Умение объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, защищаясь и находясь в яркой форме в процессе обучения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми
Урок-игра, соревнования.	Комбинированный 1 час	Людям передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Овладение базовыми предметными и межпредметным и понятиями, отражающими сущностные связи и отношения	Активно включаться в общение с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение

шагом бегом. Броски в цель (шаг). ОРУ. Игра «Полицейская песнь», «Мач ловцу». Развитие координацион ных способностей и Эстетика	и и и и и и	и и и и и и	и способы их и улучшения	и спортивных конфликтов сопереживания
Полигон игр	Ком биниро вани йный 1 час	ОРУ. Игра «Прыжки по полосам», «Волк во рву», Эстетика «Веревочка под ногами». Развитие скоростно- силовых качеств	Продолжить формирование представлений о разнообразии подвижных игр. «Веревочка под ногами».	Умение организовыв ать собственную деятельность в паре, с учётом требований её безопасности, организации места занятий и значение в жизнедеятельно сти человека, связи с трудовой и военной деятельностью

	Познавательные игры	Комбинированная игра по теме «Природа и спорт».	Уметь играть в подвижные игры с мячом, прыжками, метаниями.	Оценивание красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образами.	Волевая саморегуляция я, контроль в форме смысления способа действия и его результатов.	Умения активно использовать в коллективе свою деятельность и взаимодействовать с со сверстниками и в достижении целей	Продолжать дисциплинированно сти, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
	Урок-игра, соревнование, «Кто дальше уедет после спуска»	Комбинированная игра на тему «Кто дальше уедет после спуска»	Знать и выполнять правила игр в разнообразных движениях. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Броски в цель (шаг).	ОУР. Игра. «Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте»	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, организаций отдыха с результатом прогностирования	Планирование с занятый физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы

«Полицейская цель», «Мяч ловцу». Развитие координации иных способностей и Соревнование по «кто далнее уедет после спуска»	ОРУ. Игры: «Прячки по полосам», «Волк во рву», «Старница» «Веревочка под ногами». Развитие скоростно- силовых качеств	Учитель играть в подвижные игры с бегом, преследованием, метанием и прыжками.	Опытадение с физической культурой как средством укрепления здоровья, отражением существенных связей и отношения между объектами и процессами.	Представление о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека
Позитивны е	Коебий и рокин ий 1 час	ОРУ. Игры: «Прячки по полосам», «Волк во рву», «Старница» «Веревочка под ногами». Развитие скоростно- силовых качеств	Учитель играть в подвижные игры с бегом, преследованием, метанием и прыжками.	Потребность в общении с социальной роли ученика. Формирование и положительного отношения к учению Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов

игры	бани ролан тай 1 час	«Призраки по ползунам», «Боулк во рзул», «Веревочка» пол. ногами%. Развитие скоростно- силовых качеств	играть в подвальные игры с бегом, прыжками, метанием	в Озабочене фактами истории развития физической культуры,	объяснять правила (технику) выполнения загадочных действий, излагая свойства и характеристики ими её роль и значение в жизнедеятельно сти человека, связи с трудовой и воинской деятельностью	
Урок- игра,	Ком бани ролан тай най ине. Метание снежков в цель, на дальность .	Подвальные игры «Охотники и утки», «Быстро и точно» Соревнован ие по мостию снежков в цель и на дальность «Кто самый ловкий?».	Знать и выполнять правила игр в разнообразных условиях	Оценивание красоты того, о создании и сравнение их с эталонными образами.	Умение иализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Проявлять положительные качества личности и управлять своим эмоциями в различных (нестандарт ных) ситуациях в условиях

		Лекции?		
Познания и навыки	Комбинированная игра с элементами баскетбола	ОРУ. Игры: «Удочки», «Мышеловка», «Невод», Развитие скоростных качеств	Уметь: играть в подвижные игры с мячом, прыжками, метанием. Иметь: навыки метания и ловли, координацию движений.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; приспособление к результату места занятий
		Умение организована ть собственную деятельность с учётом требований её безопасности, организацией общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Умение заносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей

Познавательные игры с элементами баскетбола – 21 час

Познания и навыки	Комбинированная игра с элементами баскетбола	Ловля мяча на месте передачи на место передачи на расстояние, ловля, ведение на квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении	Уметь: владеть мячом; держание, передачи, расстояние, ловля, ведение, броски в процессе полигонных игр; играть в мини-мини	Оценка – выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что еще предстоит усвоить в существенных связях и отношениях между

Познавательные игры с элементами баскетбола – 21 час

Познания и навыки	Комбинированная игра с элементами баскетбола	Ловля мяча на месте передачи на место передачи на расстояние, ловля, ведение на квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении	Оценка – выделение базовыми предметами и предметным и смысловым содержанием, находит с ними общий язык и общие интересы	Потребность в общении с учительской помочь сверстникам, и вступить в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов

		шагом бегом. Бросок двоуми руками от груди. Броски вперед (хоппн), шаг, мимпель). ОРУ. Игра «Скайперы». Развитие координационных способностей	и баскетбол объектами процессами,	и условиями.		
Урок-игра, соревнова- ние.	Ком- бани рован- ный 1 час	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Уметь владеть мячом: держать, передавать на расстояние, ловить, ведением, броски в процессе подвижных игр, играть в мини- баскетбол (шаг). ОРУ. Игра «Полинэксп	Овладение фактами истории развития физической культуры, организация отдыха с имя её роль и значение в жизнедеятельно- сти человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умения организовы- вать действность в паре, выбирать и использовать средства достижения цели	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению

ОРУ.	Игра «Снайперы».	Развитие координационных способностей	Умение визуализировать информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми	Проанализировать выполнения задач в зависимости от конкретных условий, прогнозировать с результатом процесса

- yell. OPY.	Игра «Снайперы». Развитие координационных способностей	Johns	Умение	Потребность
Yoke-	ком- пания и координа- ционные способнос- ти	перевод на место места	анализировать и представить расстояние, угол.	взаимодействие с окружением и собственным умом.

шаг, минуты). ОГУ. Игра «Спайдеры». Развитие координационно способности и Эстрады	Лопатя передача многа месте и трехугольник ах, квадратах. Ведение на месте правой левой рукой в движении шагом бегом. Бросок луком руками от грузи. Броски шнур (хомяк,	Уметь и передава на месте в трехугольни ках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок луком руками от грузи. Броски шнур (хомяк,	Овладение фактами истории развития расстояние, ловля, ведение, броски процессе подвижных игр; играть в мини- баскетбол	Умение организовыва ть собственную деятельность с учетом требований безопасности, ими её значение в подвижных играх; играть в мини- баскетбол	Формирование спортной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Умения организовыв ать деятельность в шире, выбирать и использовать средства достижения цели

шаг, минуты), ОРУ, Мира «Снайперы». Развитие координационно- мных способностей	Ком- бини- рован- ный баскетбол	Ловля мяча на месте и трехточник ах, квадратах. Выполнение правой и левой рукой в движении шагом и бесшагом.	Уметь владеть мячом: ловить, передавать, на расстояние, ловить, исследование, броски в процессе игр; играть в мини- баскетбол
Подвиж- ные игры с элементами баскетбола	Ком- бини- рован- ный баскетбол	Уметь владеть мячом: ловить, передавать, на расстояние, ловить, исследование, броски в процессе игр; играть в мини- баскетбол	Оценивание красоты теплоложек и осанки, сравнение их с эталонными образцами.

шаг, минуты)	период времени	последний		

шет, мицель) ОРУ. Игра о Гонка миций по кругу. Развитие координацион ных способносте й. Эстафеты с мячами.	Положен ые игры с элемента ми баскетбол а	Полез ная передача мяча на месте в трехточни ак, квадратах. Ведение на месте правой рукой в движении шагом бегом. Бросок лопуха	Уметь владеть мячом: держание, на передача на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини- баскетбол
Представлени е физической культуры как средства искусствам и понятиям, отраженным существенные и признаки и отношения между объектами и процессами.	Овладение базовыми предметами и исконными и понятиями, отраженными существенные и признаки и отношения между объектами и процессами.	Представлени е физической культуры как средства искусствам и понятиям, отраженными существенные и признаки и отношения между объектами и процессами.	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступить в диалог (нестандарт ных) ситуациях в условиях

Положки	Ком	Ловля	и	Уметь волить	Овладение	Умение	Умения	Производить
		Руками от труда. ОРУ. Игра «Снайперы», игра в мини-баскетбол.	и соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале;	развитие координационных способностей рук.	Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, совершенствование, умения и перебрасывания мячей, разучить пробегание под линией вратарской и скакалкой.			

Урок-	Ком	Логия	и	Уметь вкладывать	Оценивание	Умение	Умения	Оказывать
нас игры с бини рован ии МН баскетбол	перемена места на месте в треугольнике, в квадратах, Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом, бегом, Бросок двумя руками от груди Ору. Игра «Снайперы», игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	методом: зарядки, передвижки, на передвижке расстояние, ловли, исполнение, броски в процессе игр; игра в мини-баскетбол	фактами истории развития физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизни человека, связи с трудовой и военной деятельностью	объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анатомироват ь и выходит и оценки, эффективно исправлять их	организовываться в паре, выбирать и использовать средства достижения цели!	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

игра, соревнования «Стремительные пересечки»	битья розаный мяч в движении в треугольникеах, квадратах.	мячом, мяча в движении в пересечении, расстояние, ловле, ведении, броски мяча с изменением направления бросок мячами руками от груди, ОРУ. Игра «Мяч ловушка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	держание, на расстояние, ведение, броски мяча с изменением направления бросок мячами руками от груди, ОРУ. Игра «Мяч ловушка». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	красоты телосложения и осанки, сравнение их с этalonными образцами.	анализирует активно и пассивно и объективно оценывать результат собственного труда, находить возможност и способы их улучшения	бескорыстную, своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы

			передачи	
Положки ные игры с элемента ми баскетбол а	Ком бини рован ный найд 1 час	Лоады перемеща ния мяча в движении и трехугольни ках,	Уметь владеть мечом: держание, перемещение на расстояние,	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

см. преждом, размежевание на ширину пальцев в сторонах рук, технику челночного бега.	Контрол ие игры с одними элементами баскетбол а (учёт)	Ловля передача мяча движения в треугольнико вых, квадратах, взлётение, броски мяча с изменением направления . Бросок другим	Уметь: поймать мячом: держание, передача на расстояние, ловля, взлётение, броски процессе игры, играть в мини- баскетбол	Овладение базовыми предметными и межпредметными и понятиями, отраженными сущностными связями и процессами и объектами: Иметь знания о винении занятый бегом на состояние здоровья	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и аступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Активно включаться в общении с общением взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелатель ности, взаимопомощи и сотрудничества

Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол.	развитие координационных способностей и закрепить технику метания.	Планка и Уметь катать мячом: мяча и движении в передачи на различные расстояния, троугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления игр. Бросок мячом из рук и от груди. ОРУ. Игра «Мяч	Умения и качества личности и способности управлять эмоциями в различных ситуациях и условиях (нестандартных) с помощью различных средств достижения целей
Урок-игра. Игры с мячом. Эстафеты с мячами.	Комбинированной игрой с мячом: мячом, держанием, передачи мяча, броски мяча, ведение, хватание мячом, игра в мини-баскетбол	Планированием с застий физическими упражнениями и в реальные дни, организацией отдыха с использованием средств физической культуры	Проявлять положительные качества личности и способности управлять эмоциями в различных ситуациях и условиях

• Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой:	Комбинированный час при занятиях лёгкой атлетикой:	Ловца и Уметь бросать мячом: передачи мяча в движении в движении в пересечении треугольников, ах, квадратов.	Оценивание красоты телосложения и осознание их симметрии, расположения, ловли, волнистое, волнистое, броски в процессе изменения направления игр, играть в мини-баскетбол
• Игры	Правила игры в мини-баскетбол.	Иметь мяч для подготовки и во время занятий игр.	Умение активно выделение и осознание участников того, что уже усвоено и что еще предстоит усвоить, со сверстниками и в достижении целей

Игры и эстафеты с мячами. ОРУ типа зарядки.	Баскетбол. Развитие координационных способностей в. Тб.	упражнений		
Подвижные игры с элементами баскетбола	Комбинированная координационно способность в. Тб.	Уметь владеть мячом: передача мяча в движении. Ведение мяча с мячом: разрыв мяча на 1 час	Уметь владеть мячом: передача мяча на расстояние, зорька, ловля, изменения направления и скорости. Эспартеры. Игры «Овалдей» мячом, разрывание координационных способностей в	Оценивание красоты телосложения и осанки. Сравнение их с эталонными образами.
			Волевая саморегуляция в форме сличения способа действий и его результатов в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Умение активно включаться в коллективную работу с коллегами и группой. Умение находить с ними общий язык и общие интересы
Урок-игры. Игры с мячом	Комбинированная координационно способность в. Тб.	Ползунные игры «Горелки», держание, ловля	Уметь владеть мячом: передача мячом, ловля, держание, историю	Проявлять положительные качества личности и

Бегом.	тий	«Лапта», «Гретий липпий»	передви- жение, ловля,	на разви- тия	упражнениям и в режиме для, организа- ции отъ- да с исполь- зованием средств и достиже- ния цели	управлять эмоциями в различ- ных (постоян- ных) ситуаци- ях и усло- виях
Эстафеты с мячами.	1 час	Эстафеты с мячами	ведение, броски	в проце- ссе подвиж- ных игр, играть в мини- баскетбол	имя её роль и значение в жизнедеятельно- сти человека, связи с трудовой и военной деятельностью	Умения - активно взаимо- действовать с коллегами, находить с ними общий язык и общие интересы
Подвиж- ные игры с элемента- ми баскет- бола	1 час	Ком- биниро- ванные игры с элемента- ми баскет- бола	Ловля и передача мяча	Уметь владеть мячом: держать, в движении в передачи на расстояние, в ловлю, ведение, броски	Оценка - выделение и обозначение телосложения и основки, сравне- ние их с эталонными образцами.	Умения - активно взаимо- действовать в коллекти- вую дея- тельность еще, подлежит учебению, осознание качества и уровня уточнения. Ведение мяча и изменением направления и скорости. Ведение мяча правой и левой рукой в движении.

Бросок шумы руками от труда. ОРУ. Игра «Овалдей мечом».	Игра в мини- баскетбол. Развитие координацио- нных способнос- тей.	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафета. Игра «Овалдей	Уметь владеть мячом. держание, передачи на расстояние, ловля, взятие, броски и процессе приближения игр, играть в мини-

		Методы. Развитие координационных способностей	баскетбол				
1.	Урок-игра. Игры с мячом: «Горелки», «Лапта», «Третий лишний» Эстафеты с мячами.	Комбинированные игры с мячом: «Горелки», «Лапта», «Третий лишний» Эстафеты с мячами.	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в волейбол, мини-баскетбол	Овладение фантами историй о развитии физической культуры, характеризующими её роль и значение в жизни общества, связи с трудовой и военной деятельностью	Планирование занятий с физическими упражнениями и в режиме дня, организация отдыха с использованием средств физической культуры	Умения организовывать деятельность пар, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях (настендаракт в условиях иных
2.	Познавательные игры с мячом с элементами баскетбола (убег)	Контрольный	Ору. Ловля мяча и передача мяча в движении, ловли.	Уметь владеть мячом:	Овладение базовыми предметными и предметным, и понятиями, отражающими сущностные	Потребность в общении с учителем, Умение слушать и вступать в диалог Постановка	Активно включаться в общение и общение, взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелатель

		направления и скорости (Учёт)	брюки процессе подвижных игр: играть в мини-баскетбол	и связи в отношении между объектами и процессами.	и усвоение, осознание качества и уровня усвоения.	и вопросы и разрешение конфликтов	иности, взаимопомощи и сопереживания
		Игра «Онладей мячом».					
		Развитие координационных способностей					

	№ Инструктаж по ТБ			
Урок-игра, соревнования.	Команды из 6 человек на 2 команды по 3 человека. Каждый участник соревнований должен пройти 3 этапа: I этап - «Салки на морозе», II этап - «Перебежка с выручкой» и III этап - «Мини-олимпиада». Время соревнований 1 час.	Подважные игры: «Волк во рту», «Салки на морозе», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий», Эстафеты с мячами. Метание мячей.	Уметь играть в подважные игры с мячом, прыжками, метанием физической культуры, представление о правилах безопасного поведения при занятиях спортом.	Опытение фактами истории развития физической культуры, культуры, характеризующей ими её роль и значение в жизни человека, связи с трудовой и военной деятельностью.
Бег по пересеченной местности	Ранномерный бег 6 мин. Продолжение	Уметь бегать в горизонтальную цель; повторить выполнение многоскоков.	Уметь объяснять правила (технику) выполнения движательных действий, выбирать и использовать средства достижения цели	Проявлять положительные качества личности и управлять своим эмоциями в различных ситуациях (настягивая в различных условиях).

местности Продоле- ние	ный час	с препятствий; Чередование бега и хольбы (80 м бег, 100 м хольба). Игра «Салки на марш». Развитие выносливост- и.	минут, чередование хольбу с бегом	Решение задач в зависимости от конкретных условий; пронизированы в результате
местности Продоле- ние	по пересечён- ной местности	Бег по комбиниро- ванный час	Учебные задания в доступной форме в заданным эталоном	Упражнения и в режиме отдыха с использовани- ем средств физической культуры

Урок-игра, соревнование. Эстафета	Комбинированый час	Уметь играть в подвижные игры «Волк во рту», «Салки на морше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Овладение базовыми предметными и метапредметными навыками, метанием, Иметь представление о необходимости «Самый ловкий».	Умение анализировать и обобщать предметные и общеприменимые понятиями, отраженными существенными связями и отношениями между объектами и при занятиях физическими упражнениями.
Предметные игры «Волк во рту», «Салки на морше», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в собственного труда, находить и использовать языковой диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	

Бег 1 км (учёт)	Кондрат 1 час	Кросс 1 км. Игра о Перебежка с мячом и шариком.	Формирование представления о физических способах решения задач в зависимости от конкретных условий; моделировани е результатата и. Выявление работающих групп мышц	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; моделировани е результатата и.
Умение и виростными пользами	Планировани е занятой физической упражнениям и в режиме дня, организация отдыха с использовани ем средств физической культуры	Умение доносить информацию в доступной, но – яркой форме в процессе общения и изысков с со сверстникам и виростными пользами	Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда,	Формирование в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов улучшения

		методом из различных спортивных	прочессами.	
Метание малого мяча с места в цель с 4-5 метров. Игры с метанием.	Комбинированый с 1 час.	Метание малого мяча с места на дальность и в дальность и в цель на заданное расстояние.	Уметь метать из различных положений на дальность и в дальность и в цель с 4-5 м.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, прогнозирования результата
				Умение обласнять правила (технику) выполнения движательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.
				Умение доносить информацию в доступной, эмоционально – яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и интересными людьми
Учёт	Контрольный с 1 час.	Учёт метания мяча с места в цель с 4-5 метров. Техника чеченою	Уметь метать из различных положений на дальность и в дальность и в цель с 4-5 метров.	Рефлексия способов и саморегуляции и я, контроль в форме спичечной линии, и контроль и оценка процесса действия его и результатов деятельности
				Волевая активно включаться в коллективную деятельность и взаимодействовать со сверстниками в различных ситуациях (настенгазарт и т.д.)

го бега.	Игра «Точный расчёт», «Снайперы»	Положительные качества	Уметь играть в подвижные игры «Волк во рву», «Стаки на мартине», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом из различных стартов	Опытание: анализировать предметными и биологическими понятиями, результаты собственного труда, существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Умение анализировать и обобщать собственное оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли участника.
Урок-игра, соревнование.	Эстафеты с мячом с различными стартами. Игры с бегом и метанием.	Комбинированый 1 час	«Стихи на марине», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом из различных стартов	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Уметь и способами из зависимост от	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Формирование положительного отношения к учению
Челночный бег 3х10м (учёт) Бег 30 м с	Контрольный бег 3х10м (учёт). Игра «Беседа»	Челночный бег 3х10м (учёт)	Уметь правильно выполнять основные движения в	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в	Оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже	Постановка вопросов и разрешение конфликтов	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в

высокого старта.	«Эстафета зорей». Развитие скоростных и координационных способностей.	ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м и членком в коридоре нных способствий.	конкретных условий; с прогностированием с результатом Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	установлено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения.
Бег 30 м с Контролем высокого старта 1 час	Уметь правильно выполнять старты (счет).	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;	Оценка - выделение и осознание учащимися того, что уже установлено и что еще подлежит усвоению,	Проявлять позитивные и нравственные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
Прыжок в длину с места.	Прыжок в длину с места.	в движении в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30 м	рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности	

Урок-игра, соревнование.	Комбинированый	Подвижные игры «Волк во рву», «Салки на дереве», «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий», Эстафеты с мячом с различными стартами.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием, «Перебежка с выручкой» Соревнование «Самый ловкий», Эстафеты с мячом с различными стартами	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи между объектами и процессами.
			Уметь анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения	Потребность в общении с учителем, Умение слушать и вступать в диалог Постановка вопросов и разрешение конфликтов

е на переклади- нс.	Многослож- ная Игра «Пряткаши»	Физическая упражнениями		
Учёт подтяни- ния на переклади- не ОРУ с мачами.	Контрол- ьный 1 час	Учёт подтяни- ния на перекладине ОРУ с мачами.	Уметь поматываться на перекладине ОРУ с мачами.	Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности
				Оценка - выделение и осознание участников того, что уже уточнено и что еще подлежит уточнению, оценение качества и уровня уточнения.
Урок- игра соревнова- ние. Игры	Ком- биниро- ваний 1 час	Подвижные игры «Волк в лесу», «Салки» на природе	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прежками,	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения ко - зрителю форме в процессе общения и взаимодей- ствия со сверстникам и взрослыми людьми
				Планирован- ие занятий физическими упражнениями и в режиме
				Уметия организовы- вать действность в паре, с другими

Эстафеты с мячами	«Марш», «Перебежка с паруской» Соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячом различных спортивов	метаниями Истории правилах безопасности победения при занятиях физическими упражнениями во дворе, на площадках волейболах летнее время;	физической культуры, характеризующей ими её роль и значение в жизнедеятельности человека, связи с трудовой и военной деятельностью	выбирать и использовать с помощью средств достижения цели

Лист корректировки учебной программы

ФИО учителя Сazonova Ольга Викторовна

Класс 4 б

Предмет Физическая культура

Форма обучения очная