Принято на педсовете
№ 6

от 30.08.2022.

Утверждаю
Директор МБОУ «ООШ № 12»

Н.И. Майорова

Рабочая программа
по физической культуре

(2-4 классы)

Составлена учителем:
Сологуб Н.М.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса по предмету «Физическая культура» для обучающихся 1 – 4 классов составлена на основе примерных программ под редакцией В.И. Ляха и А.П. Матвеева в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования.

Уровень рабочей программы: базовый

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (ред. От 07 мая 2013 года) «Об образовании в Российской Федерации»;
- учебный план МБОУ «ООШ № 12»
- Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетание с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

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

• укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

• формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

• овладение школой движений;

• развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

• формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

• выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

• формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

• приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
• воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

Общая характеристика курса

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Место учебного предмета «физическая культура» в учебном плане

Согласно федеральному базисному учебному плану на изучение предмета «Физическая культура» в 1 – 4 классах отводится из расчета 2 ч в неделю (по 68 часов во 2 – 4 классах)

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

• формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
• формирование уважительного отношения к культуре других народов;
• развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
• развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
• развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
• развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
• формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
• формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

• овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
• формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
• определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
• готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
• овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
• овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

• формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

• формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Содержание учебного предмета

Содержание курса по предмету «Физическая культура» в 1 – 4 классах состоит из следующих разделов:

- **основы знаний** (освоение обучающимися культурно-исторических, психолого-педагогических и медико-биологических основ физкультурной деятельности в соответствии с возрастными особенностями);
-**подвижные игры** (освоение обучающимися правил и взаимодействий наиболее распространённых подвижных игр);
- **основы спортивных игр** (освоение обучающимися элементарных навыков владения мячом, а также игр, способствующих одновременному развитию кондиционных и координационных качеств);
- **лёгкая атлетика** (освоение обучающимися правильного выполнения естественных движений человека: ходьбы, бега, прыжков, метаний);
- **гимнастика с основами акробатики** (освоение обучающимися элементарных навыков в выполнении акробатических упражнений, опорных прыжков, лазанья и перелезания, современных систем физического воспитания);
- **общефизическая подготовка** (развитие основных кондиционных и координационных качеств)

Тематическое планирование

№ п/п	Тематический раздел	2 класс	3 класс	4 класс
1	Основы знаний	В процессе уроков		
2	Подвижные игры	8	6	4
3	Основы спортивных игр (баскетбол)	14	14	16
4	Основы спортивных игр (волейбол)	10	12	12
5	Лёгкая атлетика	12	12	12
6	Общефизическая подготовка	12	12	12
7	Гимнастика с основами акробатики	12	12	12
Всего		68	68	68

Поурочное планирование

2 класс

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Лёгкая атлетика (6 ч)										
1	Инст. №26 по т/б. Инст. №32 по т/б. Развитие быстроты. Бег 30 м	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма. Воспитание быстроты	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить и принять правила поведения и техники безопасности. Повторить специальные упражнения легкоатлета	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
2	Специальные беговые упражнения. Высокий старт. Повторный бег	УЗЗ, КУ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности	Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
3 4	Метание мяча. Повторный бег	УЗЗ		Согласование движений рук и ног при беге и метании мяча на дальность	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Закрепить технику метание мяча	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
5	Метание мяча	КУ		Воспитание координации	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
6	Бег 1000 м	КУ		Воспитание выносливости		Продемонстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Общефизическая подготовка (6 ч)										
7	Инст. №30 по т/б. Развитие быстроты. Бег 3*10 м Прыжки со скакалкой	УИН	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Способы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге 3*10 м и прыжках со скакалкой	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
8	Развитие силы. Прыжки с/м. Подтягивание в/п.	УИН	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат подтягивании на перекладине и прыжках в длину с места	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
9	Развитие силы и гибкости. Отжимание. Наклон вперёд сидя	УИН				Продемонстрировать максимальный результат в наклонах вперёд и отжиманиях	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
10	Развитие силы и	УИН				Продемонстрировать	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам,			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	гибкости. Поднимание туловища 60 сек. Наклон вперёд стоя					максимальный результат в наклонах вперёд и поднимании туловища	внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
11	Развитие силы. Подтягивание н/п	УИН				Продемонстрировать максимальный результат подтягивании на перекладине	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
12	Развитие быстроты. Поднимание туловища 30 сек	УИН				Продемонстрировать максимальный результат в поднимании туловища	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Основы спортивных игр (баскетбол) (14 ч)										
13	Инст. №27 и №28 по т/б. Передача и ловля	УОЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Освоение элементарных навыков владения баскетбольным мячом	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать передачу и ловлю мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
14 15	Передача и ловля	УОЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения		Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки передачи и ловли мяча	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
16 17	Индивидуальные упражнения в ведении	УОЗ				Совершенствовать навыки ведения мяча	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
18 19	Бросок с ближней дистанции	УИН				Освоить навыки броска мяча с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
20 21 22	Комбинированные упражнения: передача и ведение	УИН				Освоить выполнения сочетаний основных элементов	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
23 24	Бросок после ведения	УИН				Разучить броска мяча после ведения	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
25 26	Игры, подводящие к баскетболу	УИН		Практическое освоение правил подвижных игр, подводящих к баскетболу		Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
Гимнастика с основами акробатики (4 ч)										
27	Инст. №30 по т/б. Упоры и седы. Кувырок вперёд	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила поведения и техники безопасности на уроках гимнастики. Повторить элементы, изученные в 1-м классе	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации	Формирование познавательного интереса к способам обобщения и систематизации знаний		
28 29 30	Кувырок назад. Лазанье	УИН	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности	Воспитание координации	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Закрепить навыки кувырка назад	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
Подвижные игры (4 ч)										
31	Инст. №27 по т/б. Подвижные игры на развитие внимание и координации	УОЗ	Формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Правила и практическое освоение подвижных игр	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
32	Игры-эстафеты	УОЗ					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
33	Сюжетные подвижные игры	УОЗ					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
34	Подвижные игры на воспитание быстроты и выносливости	УОЗ					Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
Основы спортивных игр (волейбол) (10 ч)										
35	Инст. №29 по т/б. Передача двумя руками сверху	УОЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Элементарные способы владения волейбольным мячом. Освоение подвижных игр с волейбольными мячами	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать элементарные навыки владения мячом	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
36	Передача двумя	УОЗ				Совершенствовать навыки	Коммуникативные: планирование общих способов работы			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
37	руками сверху. П/и «Снежки»					передачи двумя руками сверху	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
38 39	Передача двумя руками сверху. П/и «Перестрелка»	УЗЗ					Коммуникативные*: п*оддерживать инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. Регулятивные: контролировать в форме сравнения способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона и вносить необходимые коррективы. Познавательные: *о*риентироваться на разнообразие способов решения двигательных задач.			
40 41	Передача двумя руками снизу. Пионербол	УИН				Закрепить навыки игры в пионербол	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
42 43 44	Подводящие упражнения к нижней подаче. Пионербол	УИН					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Гимнастика с основами акробатики (8 ч)										
45	Инст. №30 по т/б. Кувырок назад. Лазанье	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила поведения и техники безопасности на уроках гимнастики. Повторить элементы, изученные в 1-м классе	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации	Формирование познавательного интереса к способам обобщения и систематизации знаний		
46 47	Акробатическая комбинация	УЗЗ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности	Творческое освоение изученных акробатических элементов	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Составить и выполнить публично акробатическую комбинацию из изученных элементов	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
48 49	Опорный прыжок. Лазанье	УЗЗ		Воспитание координации, силы, выносливости		Ознакомиться с опорным прыжком	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
50	Круговая тренировка	УЗЗ				Закрепить навыки выполнения упражнений и знание терминологии современных систем физического воспитания	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
51	Кроссфит	УЗЗ					Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
52	Функциональная тренировка	УЗЗ					Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Общефизическая подготовка (6 ч)										
53	Инст. №30 по т/б. Развитие быстроты. Бег 3*10 м Прыжки со скакалкой	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Способы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге 3*10 м и прыжках со скакалкой	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
54	Развитие силы. Прыжки с/м. Подтягивание в/п.	УЗЗ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат подтягивании на перекладине и прыжках в длину с места	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
55	Развитие силы и гибкости. Отжимание. Наклон вперёд сидя	УЗЗ				Продемонстрировать максимальный результат в наклонах вперёд и отжиманиях	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
56	Развитие силы и гибкости. Поднимание туловища 60 сек. Наклон вперёд стоя	УЗЗ				Продемонстрировать максимальный результат в наклонах вперёд и поднимании туловища	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
57	Развитие силы. Подтягивание н/п	УЗЗ				Продемонстрировать максимальный результат подтягивании на перекладине	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
58	Развитие быстроты. Поднимание туловища 30 сек	УЗЗ				Продемонстрировать максимальный результат в поднимании туловища	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Подвижные игры (2 ч)										
59	Инст. №27 по т/б. Подвижные игры на воспитание силы	УОЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Правила и практическое освоение подвижных игр	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
60	Подвижные игры на развитие внимания и координации	УОЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения		Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль		Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
Лёгкая атлетика (6 ч)										
61	Инст. №26 по т/б. Инст. №32	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и	Профилактика травматизма.	Беседа. Фронтальная и	Освоить и принять правила поведения и	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе	Развитие мотивов учебной деятельности		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	по т/б. Развитие быстроты. Бег 30 м		умений, дифференцированного обучения	Воспитание быстроты	индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	техники безопасности. Повторить специальные упражнения легкоатлета	Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
62	Специальные беговые упражнения. Высокий старт. Повторный бег	УЗЗ, КУ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности	Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
63 64	Метание мяча. Повторный бег	УЗЗ		Согласование движений рук и ног при беге и метании мяча на дальность	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Закрепить технику метание мяча	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
65	Метание мяча	КУ		Воспитание координации	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
66	Бег 1000 м	КУ		Воспитание выносливости		Продемонстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Подвижные игры (2 ч)										
67	Инст. №27 по т/б. Игры-эстафеты	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Правила и практическое освоение подвижных игр	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
68	Сюжетные подвижные игры	УЗЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения		Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль		Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			

3 класс

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Лёгкая атлетика (6 ч)										
1	Инст. №26 и 32 по т/б. Специальные беговые упражнения	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма. Воспитание быстроты	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках лёгкой атлетики.	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
2	Специальные беговые упражнения. Высокий старт. Бег 30 м	КУ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
3 4	Метание мяча. Повторный бег	КУ		Согласование движений рук и ног при беге и метании	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки метания мяча на дальность. Развивать быстроту и выносливость в беге	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
5	Метание мяча	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
6	Бег 1000 м	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
Общефизическая подготовка (6 ч)										
7	Инст. №30 по т/б. Развитие быстроты. Бег 3*10 м Прыжки со скакалкой	КУ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Способы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге 3*10 м и прыжках со скакалкой	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
8	Развитие силы. Прыжки с/м. Подтягивание в/п.	КУ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в прыжках с места и подтягивании на высокой перекладине	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
9	Развитие силы и гибкости. Отжимание. Наклон вперёд сидя	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в отжиманиях и наклоне вперёд сидя	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
10	Развитие силы и	КУ				Продемонстрировать	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	гибкости. Поднимание туловища 60 сек. Наклон вперёд стоя					максимальный результат в наклоне вперёд стоя и поднимании туловища за 60 сек	решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
11	Развитие силы. Подтягивание н/п	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в подтягивании на низкой перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
12	Развитие быстроты. Поднимание туловища 30 сек	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Основы спортивных игр (баскетбол) (14 ч)										
13	Инст. №27 и 28 по т/б. Передача и ловля	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Освоение элементарных навыков владения баскетбольным мячом. Освоение игр, подводящих к баскетболу	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках спортивных игр.	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
14 15	Передача и ловля на месте и в движении	УЗЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения		Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки передачи и ловли	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
16 17 18	Индивидуальные упражнения в ведении	УЗЗ				Совершенствовать навыки ведения	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
19 20	Комбинированные упражнения	УИН				Освоить комбинированные упражнения	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
21 22	Бросок с места	УЗЗ				Совершенствовать навыки броска с места	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
23 24	Бросок после ведения	УИН				Разучить бросок мяча после ведения	Коммуникативные: поддерживать инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. Регулятивные: контролировать в форме сравнения способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона и вносить необходимые коррективы. Познавательные: ориентироваться на разнообразие способов решения двигательных задач.			
25	Игры,	УЗЗ				Разучить игры,	Коммуникативные: планирование общих способов работы			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
26	подводящие к баскетболу					подводящие к баскетболу	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Гимнастика с основами акробатики (12 ч)										
27	Инст. №30 по т/б. Повторение материала 2 класса	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках гимнастики, основные акробатические упражнения	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	Формирование познавательного интереса к способам обобщения и систематизации знаний		
28 29	Повторение материала 2 класса – акробатика	УЗЗ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности	Координация движений Творческое освоение изученных акробатических элементов	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить материал по акробатике	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
30 31	Акробатическая комбинация	УЗЗ				Подготовить и публично выполнить акробатическую комбинацию	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
32 33	Опорный прыжок. Лазанье	УИН				Закрепить навыки выполнения опорного прыжка	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
34	Круговая тренировка. Лазанье	КУ		Воспитание силы и выносливости		Закрепить навыки выполнения упражнений современных систем физвоспитания	Коммуникативные: поддерживать инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. Регулятивные: контролировать в форме сравнения способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона и вносить необходимые коррективы. Познавательные: ориентироваться на разнообразие способов решения двигательных задач.			
35	Стрейчинг	УЗЗ					Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
36	Кроссфит	УЗЗ					Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
37	Функциональная тренировка	УЗЗ					Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
38	Круговая тренировка	УЗЗ					Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
							результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
Подвижные игры (2 ч)										
39	Инст №27 по т/б. Подвижные игры на воспитание быстроты и выносливости	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Координация движений	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
40	Подвижные игры на воспитание силы	УЗЗ					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Основы спортивных игр (волейбол) (12 ч)										
41	Инст. №29 по т/б. Повторение материала 2 класса	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Элементарные способы владения волейбольным мячом. Освоение подвижных игр с волейбольными мячами	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить правила техники безопасности	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
42 43	Передача мяча двумя руками сверху.	УЗЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения			Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
44 45	Передача мяча двумя руками снизу	УИН					Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
46 47	Нижняя боковая подача	УИН				Освоить навыки выполнения нижних подач	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
48 49	Нижняя прямая подача	УИН					Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
50 51 52	Игры, подводящие к волейболу	УОЗ				Освоить игры, подводящие к волейболу	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Общефизическая подготовка (6 ч)										
53	Инст. №30 по т/б. Развитие	КУ	Дифференцированного и индивидуального	Способы самостоятельной	Беседа. Фронтальная и	Продемонстрировать максимальный результат в	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра	Развитие этических чувств,		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	быстроты. Бег 3*10 м Прыжки со скакалкой		обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	работы по развитию физических качеств	индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	беге 3*10 м и прыжках со скакалкой	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
54	Развитие силы. Прыжки с/м. Подтягивание в/п.	КУ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в прыжках с места и подтягивании на высокой перекладине	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
55	Развитие силы и гибкости. Отжимание. Наклон вперёд сидя	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в отжиманиях и наклоне вперёд сидя	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
56	Развитие силы и гибкости. Поднимание туловища 60 сек. Наклон вперёд стоя	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в наклоне вперёд стоя и поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
57	Развитие силы. Подтягивание н/п	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в подтягивании на низкой перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
58	Развитие быстроты. Поднимание туловища 30 сек	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Лёгкая атлетика (6 ч)										
59	Инст. №32 по т/б. Специальные беговые упражнения	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма. Воспитание быстроты	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках лёгкой атлетики.	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Формирование познавательного интереса к способам обобщения и систематизации знаний		
60	Специальные беговые упражнения. Высокий старт. Бег 30 м	КУ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
61 62	Метание мяча. Повторный бег	КУ		Согласование движений рук и ног при беге и метании	Фронтальная, групповая и индивидуальная	Совершенствовать навыки метания мяча на дальность. Развивать	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
					работа. Корректировка техники	быстроту и выносливость в беге	поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
63	Метание мяча	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
64	Бег 1000 м	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
Подвижные игры (4 ч)										
65	Инст. №27 по т/б. Подвижные игры на внимание и координацию		Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Правила и практическое освоение подвижных игр	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила поведения и технику безопасности на уроках подвижных игр. Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	Формирование познавательного интереса к способам обобщения и систематизации знаний		
66	Игры-эстафеты						Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
67	Сюжетные подвижные игры						Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
68	Подвижные игры на развитие быстроты и выносливости						Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			

4 класс

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Лёгкая атлетика (6 ч)										
1	Инст. №26 и 32 по т/б. Скоростные упражнения	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма. Воспитание быстроты	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках лёгкой атлетики.	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Формирование познавательного интереса к способам обобщения и систематизации знаний		
2	Скоростные упражнения. Высокий старт. Бег 30 м	КУ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
3 4	Метание мяча. Повторный бег	КУ		Согласование движений рук и ног при беге и метании	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки метания мяча на дальность. Развивать быстроту и выносливость в беге	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
5	Метание мяча	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
6	Бег 1000 м	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
Общефизическая подготовка (6 ч)										
7	Инст. №30 по т/б. Развитие быстроты. Бег 3*10 м Прыжки со скакалкой	КУ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Способы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге 3*10 м и прыжках со скакалкой	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
8	Развитие силы. Прыжки с/м. Подтягивание в/п.	КУ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в прыжках с места и подтягивании на высокой перекладине	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
9	Развитие силы и гибкости. Отжимание. Наклон вперёд сидя	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в отжиманиях и наклоне вперёд сидя	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
10	Развитие силы и гибкости. Поднимание туловища 60 сек. Наклон вперёд стоя	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в наклоне вперёд стоя и поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
11	Развитие силы. Подтягивание н/п	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в подтягивании на низкой перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
12	Развитие быстроты. Поднимание туловища 30 сек	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Основы спортивных игр (баскетбол) (8 ч)										
13	Инст. №27 и 28 по т/б. Передача и ловля мяча	УИН	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Освоение элементарных навыков владения баскетбольным мячом. Освоение игр, подводящих к баскетболу	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки передачи и ловли	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
14 15	Индивидуальные и групповые упражнения в ведении	УЗЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения		Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки ведения	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
16	Бросок мяча с места	УЗЗ				Совершенствовать навыки броска	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
17 18	Бросок мяча после ведения и передачи	УЗЗ				Совершенствовать навыки броска	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
19 20	Баскетбол 3*3	УОЗ				Освоить основные правила баскетбола 3*3	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Гимнастика с основами акробатики (6 ч)										
21	Инст. №30 по т/б. Повторение материала 3 класса.	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить технику безопасности на уроках гимнастики, основные акробатические упражнения	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,		
22	Слитный	УИН	Формирования и	Координация движений	Фронтальная,	Разучить выполнение	Коммуникативные: планирование общих способов работы			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
23	кувырок вперёд. Мост		применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности		групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	слитного кувырка	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
24 25	Кувырок назад согнувшись. Мост	УИН				Разучить выполнение кувырка назад согнувшись	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
26	Акробатическая комбинация	УОЗ		Творческое освоение изученных акробатических элементов		Составить и продемонстрировать разученную акробатическую комбинацию	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
Основы спортивных игр (волейбол) (12 ч)										
27	Инст. №29 по т/б. Нижняя подача	УЗЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Элементарные способы владения волейбольным мячом. Освоение подвижных игр с волейбольными мячами	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки нижних подач	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
28 29 30	Упражнения в передачах	УЗЗ				Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
31 32	Подводящие упражнения к верхней прямой подаче	УИН				Разучить верхнюю прямую подачу	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
33 34	Верхняя прямая подача	УИН					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
35 36	Приём и передача с набрасывания	УИН				Освоить комбинации в передачах	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
37 38	Игры, подводящие к волейболу	УОЗ				Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Гимнастика с основами акробатики (6 ч)										
39	Инст. №30 по т/б. Стрейчинг. Лазанье	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного	Профилактика травматизма	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа.	Повторить технику безопасности на уроках гимнастики, основные акробатические	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
			обучения		Индивидуальный контроль	упражнения	Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
40	Кроссфит. Лазанье	УЗЗ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности	Координация движений. Воспитание силы и выносливости	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Закрепить навыки лазанья по канату	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
41	Функциональная тренировка. Лазанье	УЗЗ					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
42	Круговая тренировка. Опорный прыжок	УЗЗ				Закрепить навыки опорного прыжка	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
43	Стрейчинг. Опорный прыжок	УЗЗ					Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
44	Кроссфит. Опорный прыжок	УЗЗ					Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Основы спортивных игр (баскетбол) (8 ч)										
45	Инст. №27 и 28 и по т/б. передача и ловля	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Освоение элементарных навыков владения баскетбольным мячом.	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках спортивных игр, правила игры в мини-баскетбол	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
46 47	Комбинированные упражнения: передача и ведение	УИН	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения		Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения комбинированных упражнений	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
47 49	Комбинированные упражнения: передача, ведение, бросок	УИН					Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
50 51	Баскетбол 3*3	УОЗ				Закрепить умения игры в баскетбол 3*3	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
52	Мини-баскетбол	УИН				Освоить правила игры в мини-баскетбол	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
							Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
Подвижные игры (2 ч)										
53	Подвижные игры на развитие силы	УЗЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Правила и практическое освоение подвижных игр	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
54	Подвижные игры на внимание и координацию	УЗЗ					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
Общефизическая подготовка (6 ч)										
55	Инст. №30 по т/б. Развитие быстроты. Бег 3*10 м Прыжки со скакалкой	КУ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Способы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге 3*10 м и прыжках со скакалкой	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
56	Развитие силы. Прыжки с/м. Подтягивание в/п.	КУ	Формирования и применения знаний и умений. Организации самостоятельной деятельности		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в прыжках с места и подтягивании на высокой перекладине	Коммуникативные: уважительное отношение к партнёрам, внимание к личности партнёра Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
57	Развитие силы и гибкости. Отжимание. Наклон вперёд сидя	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в отжиманиях и наклоне вперёд сидя	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			
58	Развитие силы и гибкости. Поднимание туловища 60 сек. Наклон вперёд стоя	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в наклоне вперёд стоя и поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
59	Развитие силы. Подтягивание н/п	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в подтягивании на низкой перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
60	Развитие быстроты. Поднимание туловища 30 сек	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Лёгкая атлетика (6 ч)										
61	Инст. №32 по т/б. Скоростные упражнения	УЗЗ	Здоровьесбережения, формирования знаний и умений, дифференцированного обучения	Профилактика травматизма. Воспитание быстроты	Беседа. Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила безопасности на уроках лёгкой атлетики.	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Формирование познавательного интереса к способам обобщения и систематизации знаний		
62	Скоростные упражнения. Высокий старт. Бег 30 м	КУ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
63 64	Метание мяча. Повторный бег	УЗЗ		Согласование движений рук и ног при беге и метании	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки метания мяча на дальность. Развивать быстроту и выносливость в беге	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: осуществлять анализ полученной информации			
65	Метание мяча	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: планирование общих способов работы Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из источников разных видов			
66	Бег 1000 м	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
Подвижные игры (2 ч)										
67	Инст. №27 по т/б. Игры-эстафеты	УЗЗ	Дифференцированного и индивидуального обучения, формирования и применения знаний и навыков, сотрудничества и развивающего обучения	Правила и практическое освоение подвижных игр	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить правила и практическое применение подвижных игр	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: обобщать полученные знания с ранее освоенными	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных		
68	Сюжетные подвижные игры	УЗЗ					Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе Регулятивные: осуществлять пошаговый контроль при достижении результата Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 2-4-х классов

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «физическая культура» учащиеся по окончании начальной школы должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

Знать:

• основы истории развития физической культуры в России;

• педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью в соответствиями со знаниями по курсу «Окружающий мир»;

• биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;

• физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;

• возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;

• психофункциональные особенности собственного организма;

• индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

• правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими уiiражнениями.

Уметь:

• технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

• проврдить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения

• разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

• управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

• соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

• пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.