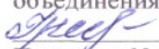
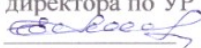


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Брянковская средняя школа №5»

Рассмотрено:

Руководитель школьного
метапредметного
объединения учителей
 /Гресь Н.И./
Протокол № 1
от «29» августа 2021 г.

Согласовано:

Заместитель директора по УР
Гейман Е.А. 
«29» августа 2021 г.

Утверждено:

Директор школы
Храмыкова Н.Ф. 
Приказ № 58 – Од
От «29» августа 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Физическая культура
ДЛЯ 4 КЛАССА
На 2021/2022 учебный год

Составитель программы
Вологдин Д.В.

Пояснительная записка
к рабочей программе по физической культуре для учащихся 4 класса

Рабочая программа по физической культуре для 4 класса составлена на основе комплексной программы физического воспитания 1-11 классы В.И.Ляха 2011г. и авторской программы «Физическая культура 1-11 классы» комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов В.И.Ляха, А.А.Зданевича. Издательство «Учитель». Автор А.Н.Каинов, Г.И.Курьерова 2013г). и ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/ В.И.Лях. – М.:Просвещение 2013 г.

Программа для 4 класса общим объемом 103 часа изучается в течение учебного года (3 часа в неделю, 34 учебных недели), согласно базового учебного плана 2019-2020 года.

Материал программы направлен на реализацию приоритетной задачи образования – формирование всесторонне гармонично развитой личности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование; на развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств; на формирование у школьников научно обоснованного отношения к окружающему миру. В соответствии с программой образовательный процесс в области физической культуры в начальной школе должен быть ориентирован:

- на развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- на обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью техническими действиями базовых видов спорта;
- на освоение знаний о физической культуре;
- на обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями.

Программа ориентирована на создание у школьников основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Общая цель обучения по предмету:

- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимальной трудовой деятельности и организации активного отдыха.

В соответствии с целью учебного предмета «Физическая культура» формируются его **задачи:**

- формировать знания о физкультурной деятельности, отражающие её культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- формировать базовые двигательные навыки и умения, их вариативное использование в игровой деятельности и в самостоятельных занятиях;
- расширять двигательный опыт посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладевать новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;
- формировать навыки и умения в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- расширять функциональные возможности разных систем организма, повышать его адаптивные свойства за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
- формировать практические умения и навыки, необходимые в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, способствующих групповому взаимодействию в процессе использования подвижных игр и элементов соревнования.

Личностные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, формирование ценностей многонационального российского общества;

- Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности;
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- Использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов;
- Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач.

Предметные результаты:

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

Ценностные ориентиры содержания

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 4 класса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Требования к качеству освоения программного материала

В результате освоения программы учебного предмета «Физическая культура» учащиеся, закончившие этап обучения 4 класса, должны:

Называть, описывать и раскрывать:

- Роль и значение занятий физическими упражнениями в жизни младшего школьника;

- Значение правильного режима дня, правильного питания, процедур закаливания, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных пауз в течение дня;
- Связь физической подготовки с развитием двигательных качеств, опорно-двигательной, дыхательной и кровеносной систем;
- Значение физической нагрузки и способы ее регулирования;
- Причины возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактику травматизма

Уметь:

- Выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, зрения;
- Выполнять упражнения дыхательной гимнастики, психорегуляции;
- Составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений для самостоятельных занятий физической культурой;
- Варьировать предложенные комплексы упражнений для утренней гимнастики, физкультминуток;
- Выполнять упражнения и простейшие акробатические и гимнастические комбинации, упражнения легкой атлетики;
- Выполнять двигательные действия при передвижении на лыжах;
- Участвовать в подвижных играх и организовывать подвижные игры со сверстниками, оценивать результаты подвижных игр;
- Выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;
- Организовывать и соблюдать правильный режим дня;
- Подсчитывать частоту сердечных сокращений и дыхательных движений для контроля состояния организма во время занятий физическими упражнениями;
- Измерять собственные массу и длину тела;
- Оказывать доврачебную помощь при легких травмах опорно-двигательного аппарата и кожных покровов.

Примерное распределение учебного времени на различные виды программного материала при трехразовых занятиях в неделю

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
		4 класс
1	Базовая часть	76
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	19 часов
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18 час
1.4	Легкоатлетические упражнения	21 час
1.5	Лыжная подготовка	18 часов
2	Вариативная часть	27 часов
2.1	Подвижные игры с элементами спортивных игр	27 часов
	Итого:	103 часа

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

Естественные основы.

Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

Социально-психологические основы.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды, Контроль за правильностью выполнения физических упражнений, тестирование физических качеств.

Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Водные процедуры. Овладение приемами саморегуляции, связанными с умение: расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений. Тестирование физических способностей.

Подвижные игры.

Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

Гимнастика с элементами акробатики.

Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

Легкоатлетические упражнения.

Понятие *эстафета*. Команды «Старт!», «Финиш!». Понятия о темпе, длительности бега. Влияние бега на здоровье человека. Элементарные сведения о правилах соревнования в прыжках, беге и метании. Техника безопасности на уроках.

Демонстрировать.

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, с.	6,5	7,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см	130	125
	Сгибание рук в висе лежа, количество раз	5	4
Выносливость	Бег 1000 м	Без учета времени	
Координация	Челночный бег 3 x 10 м/с	11,0	11,5

Аттестация учащихся планируется по четвертям по текущим оценкам, а также по результатам тестирования по каждому разделу программы.

Тематическое планирование для 4 класса

№ урока	Дата	Тема урока	Тип урока. Количество	Содержание	Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности	корректировка

			часов		Познавательные УУД	Регулятивные УУД	Коммуника- тивные УУД	Личностные УУД	
1 четверть – 11 часов Лёгкая атлетика									
1.	1.09	Техника безопасности на уроке физкультуры при занятиях лёгкой атлетикой. История легкой атлетики. Спринтерский бег, эстафетный бег	Вводный 1 час	Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Инструктаж по ТБ	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию. Выполнение упражнений на развитие быстроты, ловкости, силы, выносливости, координации, дыхательных упражнений, участие в соревновательно - игровых заданиях.	Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств(скоростной выносливости)- учитывать правила в планировании и контроле способа решения, адекватно оценивать свои действия и планировать пути достижения цели.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия	Формирование социальной роли ученика. Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лёгкой атлетики; знать основные морально этические нормы.	
2.	2.09	Спринтерский бег, эстафетный бег	Совершенствован ие ЗУН	Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
3.	8. 09	Спринтерский бег, эстафетный бег .	Комбинированный 1 час	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств	Моделировать технику игровых действий и приемов.	Применять правила подбора одежды для занятий баскетболом.	Соблюдать правила безопасности.	Формирование мотивов достижения и социального признания.	
4.	9.	Спринтерский	Соверше	Бег на скорость (30, 60	Осознавать	Умения принимать и	Потребность в	Формирование	

	09	бег, эстафетный бег .	нствовани е ЗУН	м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств	познавательную задачу, извлекать нужную информацию	сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости)- учитывать правила в планировании и контроле способа решения, адекватно оценивать свои действия.	общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
5.	15.09	Спринтерский бег, эстафетный бег .	контроль ный	Бег на результат (30, 60 м). Круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости)- учитывать правила в планировании и контроле способа решения, адекватно оценивать свои действия.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
6.	16.09	Прыжок в длину способом «согнув ноги»,	Комбинированный 1 час	Прыжки в длину по заданным ориентирам. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей. Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Различать способ и результат действия.	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действия.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
7.	22.09	Прыжок в длину способом «согнув ноги»,	комплексный	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств(скоростной выносливости)- учитывать правила в планировании и контроле способа решения, адекватно оценивать свои действия.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
8.	23.09	Прыжок в длину способом «согнув	контроль ный	Прыжок в длину способом «согнув ноги».	Осознавать познавательную задачу, извлекать	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия	Контроль, оценка действий	Формирование социальной роли ученика.	

		ноги),		Тройной прыжок с места. Игра «Шишки, желуди, орехи». Развитие скоростно-силовых способностей	нужную информацию	и его результата с заданным эталоном	партнера.	Формирование положительного отношения к учению	
9.	29.09	метание малого мяча	Комбинированный 1 час	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Соблюдать правила безопасности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
10.6.	30.09	метание малого мяча	Комбинированный 1 час	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Третий лишний». Развитие скоростно-силовых способностей	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
11.12.	6.10 7.10	метание малого мяча	Комбинированный 1 час	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
13	08.02	Бег и ходьба на лыжах	Контр. 1 час	Объяснение ТБ на занятиях лыжной подготовки. Совершенствование движения на лыжах ступающим и скользящим шагом.	Умение устанавливать причинно-следственные связи.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
14.	9.02	Бег и ходьба на лыжах	Совершенствование ЗУН	Совершенствование передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом. Игра.	Осознавать познавательную задачу при беге на дл. дистанции	Принимать и сохранять учебную задачу	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	

15	10.02	Бег и ходьба на лыжах	Совершенствование ЗУН	Совершенствование попеременного двухшажного хода. Игра «Прокатись через ворота».	Осознавать познавательную задачу при беге на дл. дистанции	Принимать и сохранять учебную задачу	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
----	-------	-----------------------	-----------------------	--	--	--------------------------------------	--	---	--

16.	15.02	Бег и ходьба на лыжах	Совершенствование ЗУН	Совершенствование одновременного одношажного хода. Игра «Подними предмет».	Осознавать познавательную задачу при выполнении упражнений.	Принимать и сохранять учебную задачу	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	
17.16.	16.02	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Обучение одновременному бесшажному ходу под уклон. Развитие выносливости.	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.	Соблюдать правила безопасности.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
18.10.	17.02	Бег и ходьба на лыжах	Совершенствование ЗУН	Совершенствование спуска, торможение «плугом». Обучение подъему «полуелочкой».	Осознавать познавательную задачу при выполнении упражнений.	Принимать и сохранять учебную задачу при метании мяча	Уметь формулировать собственное мнение и позицию.	Ориентация на выполнение моральных норм.	
19.11.	22.02	Бег и ходьба на лыжах	контрольный	Совершенствование одновременного двухшажного хода. Развитие выносливости.	Осознавать познавательную задачу при выполнении прыжковых упражнений.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Уметь формулировать собственное мнение и позицию.	Ориентация на выполнение моральных норм.	
20.16.	24.02	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Совершенствование чередования шага и хода на лыжах.	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию	Использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.	Соблюдать правила безопасности.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	

21. 17.	01. 03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Совершенствование техники торможения и поворотов на лыжах. Игра.	Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.	Использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.	Уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
22. 18.	2.03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Совершенствование спуска на лыжах со склона «змейкой». Развитие выносливости.	Умение устанавливать причинно-следственные связи.	Различать способ и результат действия.	Уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
23. 19.	3.03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Обучение ходьбе на лыжах по дистанции 1000м. на время.	Умение устанавливать причинно-следственные связи.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Уметь контролировать действия партнера.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
24. 20.	9.03	Бег и ходьба на лыжах	Контрольный 1 час	Совершенствование поворотов на месте и падения на бок на месте и в движении	Построение логической цепи рассуждений.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Уметь контролировать действия партнера.	Формирование адекватной позитивной самооценки, самоуважения.	
25. 21.	10. 03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Совершенствование подъема на лыжах. Развитие выносливости . 1500м.Игра «Команда быстроногих»	Построение логической цепи рассуждений.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Уметь контролировать действия партнера.	Формирование адекватной позитивной самооценки, самоуважения.	
26. 22.	15. 03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Совершенствование поворотов на месте и обучение падению на бок на месте и в движении	Находить и выделять нужную информацию.	Выполнять учебные действия.	Уметь задавать вопросы.	Формирование адекватной позитивной самооценки, самоуважения.	
27. 23.	16. 03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Совершенствование подъема и спуска на лыжах. Развитие выносливости .	Формулировать познавательную цель.	Выполнять учебные действия.	Уметь задавать вопросы.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	
28. 24.	17. 03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный	Разучивание игровых упражнений с бегом на лыжах и без лыж.	Находить и выделять нужную информацию.	Различать способ и результат действия.	Уметь формулировать собственное мнение и	Формирование социальной роли ученика. Формирование	

			1 час				позицию.	положительного отношения к учению	
29. 25.	22. 03	Бег и ходьба на лыжах	Комбинированный 1 час	Совершенствование лыжных ходов на учебном круге. Игры на лыжах	Построение логической цепи рассуждений.	Различать способ и результат действия.	Уметь формулировать собственное мнение и позицию.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению	
30. 26.	1.12	Акробатика. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами. Инструктаж по ТБ	Построение логической цепи рассуждений.	Различать способ и результат действия.	Уметь формулировать собственное мнение и позицию.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительных отношений к учению	
31. 27.	2.12	Акробатика. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?»	Построение логической цепи рассуждений.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Уметь приходить к общему решению.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося	
32.	8.12	Акробатика. Строевые упражнения	Контрольный 1 час	ОРУ. Мост (<i>с помощью и самостоятельно</i>). Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!» , «Равняйся!» , «Смирно!» , «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Точный поворот»	Построение логической цепи рассуждений.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Уметь приходить к общему решению.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения	
33.	9.12								
34	15.12	Акробатика.	Ком	ОРУ. Мост (<i>с помощью и</i>	Самостоятельное	Адекватно воспринимать	Уметь	Развитие	

35	16.01	Строевые упражнения	бинированный 1 час	самостоятельно). Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Быстро по местам»	создание способов решения проблем.	оценку учителя.	приходить к общему решению.	навыков сотрудничества со сверстниками и учителями в разных социальных ситуациях	
36. 30.	22.12	Акробатика. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ. Мост (<i>с помощью и самостоятельно</i>). Кувырок назад и пережат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Быстро по местам»	Самостоятельное создание способов решения проблем.	Принимать и сохранять учебную задачу.	Владение умением вести дискуссию.	Готовность и способность вести диалог с другими.	
37. 31.	23. 12	Висы. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ с гимнастической палкой. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств	Находить и выделять нужную информацию.	Принимать и сохранять учебную задачу.	Владение умением вести дискуссию.	Готовность и способность вести диалог с другими.	
38. 39.	12. 01 13. 01	Висы. Строевые упражнения	Контр. 1 час	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднятие ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств.	Находить и выделять нужную информацию.	Принимать и сохранять учебную задачу.	Владение умением вести дискуссию.	Готовность и способность вести диалог с другими.	
40	19. 01	Висы. Строевые	Контр. 1 час	ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднятие ног в висе,	Обучение технико-тактическим действиям в спортивных играх	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые	Уметь задавать вопросы; использовать речь для	Давать адекватную позитивную самооценку;	

41.	20.01	упражнения		подтягивания в висе. Знакомство с опорными прыжками. Вскок в упор на колени. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств		приоритеты	регуляции своего действия	проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению спортивных игр	
42.	26.01	Висы. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ с мячом. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Эстафеты. Развитие силовых качеств	Находить и выделять нужную информацию.	Различать способ и результат действия.	Уметь приходить к общему решению.	Проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению спортивных игр	
43	27.01								
44.	01.02	Висы. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств	Обучение технико-тактическим действиям в спортивных играх	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Взаимодействовать с одноклассниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий	Давать адекватную позитивную самооценку	
45	2.02								
46.40.	3.02	Висы. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь формулировать познавательную цель.	Принимать и сохранять учебную задачу.	Умение находить компромиссы.	Умение содержать в порядке спортивный результат.	
47.41.	8.02	Висы. Строевые упражнения	Комбинированный 1 час	ОРУ в движении. Игра «Веребочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. Перелезание через препятствие	Уметь формулировать познавательную цель.	Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	Умение находить компромиссы.	Умение содержать в порядке спортивный результат.	
48.36.	7.09	Подвижные игры	Комбинированный	ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые». Развитие скоростно-	Находить и выделять нужную информацию.	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые	Уметь приходить к общему решению.	Проявлять устойчивый познавательный интерес к	

			1 час	силовых способностей		приоритеты		изучению спортивных игр	
49. 42.	14. 09	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые». Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь формулировать познавательную цель.	Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	Умение находить компромиссы.	Умение содержать в порядке спортивный результат.	
50. 43.	21. 09	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ Игры «Белые медведи», «Космонавты». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь формулировать познавательную цель.	Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	Уметь аргументировать и обосновывать собственную точку зрения.	Умение сочетать умственные и физические нагрузки.	
51. 37.	28. 09	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ Игры «Белые медведи», «Космонавты». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств	Обучение технико-тактическим действиям в спортивных играх	Различать способ и результат действия.	Уметь формулировать собственное мнение и позицию.	Давать адекватную позитивную самооценку;	
52. 44.	5.10	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Формулирование проблемы.	Уметь оценивать правильность выполнения действий.	Уметь аргументировать и обосновывать собственную точку зрения.	Умение сочетать умственные и физические нагрузки.	
53. 45.	12. 10	Подвижные игры	Контрольный 1 час	ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Формулирование проблемы.	Уметь оценивать правильность выполнения действий.	Уметь аргументировать и обосновывать собственную точку зрения.	Умение сочетать умственные и физические нагрузки.	
54. 38.	19. 10	Подвижные игры	Комб. 1 час	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Находить и выделять нужную информацию.	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты	Уметь приходить к общему решению.	Готовность и способность вести диалог с другими.	
55. 46.	26. 10	Подвижные игры	Комбинированный	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета	Самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и	Уметь оценивать правильность выполнения действий.	Проявлять к собеседнику внимание, интерес и	Владеть правилами поведения на занятиях	

			1 час	«Веровочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	поискового характера.		уважение.	физическими упражнениями.	
56. 47.	9. 11	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде». Эстафета «Веровочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.	Уметь оценивать правильность выполнения действий.	Проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.	Владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями.	
57. 76.	16. 11	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Удочка», «Зайцы в огороде». Эстафета «Веровочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Установление причинно-следственных связей.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Определение способов взаимодействия.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
58. 48.	23. 11	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Удочка», «Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных способностей	Самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.	Вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.	Владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями.	
59. 49.	30. 11	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики». Развитие скоростных качеств	Самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера.	Вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.	Проявлять выдержку и самообладание.	
60. 77.	7.12	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики». Развитие скоростных качеств	Установление причинно-следственных связей.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Определение способов взаимодействия.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
61. 50.	14. 12	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня». Развитие скоростных качеств	Доказывать свою точку зрения.	Вносить необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.	Проявлять выдержку и самообладание.	
62. 51.	21. 12	Подвижные игры	Контрольный 1 час	ОРУ. Эстафеты с предметами. Игра «Парашютисты». Развитие скоростных качеств	Доказывать свою точку зрения.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение.	Проявлять выдержку и самообладание.	

63. 78.	28. 12	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Эстафеты с предметами. Игра «Парашютисты». Развитие скоростных качеств	Установление причинно-следственных связей.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Определение способов взаимодействия.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
64.	11. 01	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Доказывать свою точку зрения.	Способность к мобилизации сил и энергии.	Принятие решения и его реализация.	Оказывать взаимопомощь	
65. 52.	18. 01	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств	Доказывать свою точку зрения.	Способность к мобилизации сил и энергии.	Принятие решения и его реализация.	Оказывать взаимопомощь	
66. 53.	25. 01	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Пустое место», «К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Подведение под понятие, выделение следствий.	Способность к мобилизации сил и энергии.	Принятие решения и его реализация.	Проявлять взаимопомощь	
67. 54.	29. 01	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые». Развитие скоростно-силовых способностей	Подведение под понятие, выделение следствий.	Способность к мобилизации сил и энергии.	Определение способов взаимодействия.	Оказывать взаимопомощь	
68. 55.	13.10	Подвижные игры	Комбинированный 1 час	ОРУ. Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые». Развитие скоростно-силовых способностей	Подведение под понятие, выделение следствий.	Способность к волевому усилию.	Определение способов взаимодействия.	Ориентация на выполнение моральных норм.	
69. 56.	14.10	Подвижные игры на основе баскетбола	Комбинированный 1 час	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Подведение под понятие, выделение следствий.	Способность к волевому усилию.	Определение способов взаимодействия.	Ориентация на выполнение моральных норм.	

70. 57.	14. 10	Подвижные игры на основе баскетбола	Контрольный 1 час	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Установление причинно-следственных связей.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Определение цели.	Ориентация на выполнение моральных норм.	
71. 58.	20. 10	Подвижные игры на основе баскетбола	Изучение нового материала	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты. уметь адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение; планировать пути достижения цели.	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия; уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
72. 59.	21. 10	Подвижные игры на основе баскетбола	Совершение ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма. Установление причинно-	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты. уметь адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение;	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия; уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические	

					следственных связей.	планировать пути достижения цели.	необходимую взаимопомощь; уметь	нормы. Ориентация на выполнение моральных норм.	
73. 60.	27. 10	Подвижные игры на основе баскетбола	Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты. уметь адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение; планировать пути достижения цели.	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия; уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы. Ориентация на выполнение моральных норм. Формирование адекватной позитивной самооценки.	
74. 61.	28.10	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты. уметь адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение;	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия; уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы. самооценки.	
75. 62.	10.11	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении.	Установление причинно-следственных связей.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Определение цели.	Ориентация на выполнение моральных норм.	

			ие ЗУН	Ведение мяча на месте с низким отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей					
75 76	11.11 17.11	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте с низким отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты. уметь адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение;	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия; уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
77. 64.	18.11	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте с низким отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Раскрывают значение зимних видов спорта для укрепления здоровья основных систем организма и для развития физических способностей. Соблюдают технику безопасности..	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
78. 65.	24.11	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты.	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению	

				способностей	организма.			лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
79.66.	25.11	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений; устанавливать целевые приоритеты.	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
80.67.	30.11	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей	Установление причинно-следственных связей.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Используют разученные упражнения всамостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки.	Ориентация на выполнение моральных норм.	
81.68.	5.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Обучающий Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (<i>левой</i>) рукой. Эстафеты. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Установление причинно-следственных связей.	Соблюдают технику безопасности. Раскрывают понятие техники выполнения лыжных ходов и правила соревнований. Применяют правила оказания первой помощи при обморожениях и травмах	Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий.	Ориентация на выполнение моральных норм.	
82.69.	6.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Комбинированный Контроль	ОРУ. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	Установление причинно-следственных	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Определение цели. Определение способов	Формирование адекватной позитивной самооценки.	

			ьный		связей.		взаимодействи я.		
83. 70.	7.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Комбин ированн ый Контрол ьный	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	уметь адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение; планировать пути достижения цели.	Уметь задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально- этические нормы.	
84. 71.	12.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Комбин ированн ый Контрол ьный	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Раскрывают значение зимних видов спорта для укрепления здоровья основных систем организма и для развития физических способностей. Соблюдают технику безопасности.	уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально- этические нормы.	
85. 72.	13.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Контрол ьный	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Раскрывают понятие техники выполнения лыжных ходов правила соревнований.	уметь организовыват ь и планировать учебное сотрудничеств о с учителем и сверстниками,	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально- этические нормы.	
86. 73.	14.04	Подвижные игры на основе	Контрол ьный	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя	Выполнение упражнений на освоение техники	Применяют правила оказания первой помощи при обморожениях и	определять цели и функции	Давать адекватную позитивную	

		баскетбола		руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы».	лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	травмах	участников, события взаимодействия; планировать общие способы работы	самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
87.74.	19.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Контрольный	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы».	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Применяют правила оказания первой помощи при обморожениях и травмах	Используют разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки..	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
88.75.	20.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Контрольный	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Выполнение упражнений на освоение техники лыжных ходов, подъемов и спусков на лыжах, участие в соревновательно - игровых заданиях, оздоровление организма.	Применяют правила оказания первой помощи при обморожениях и травмах	Осуществляют самоконтроль а физической нагрузкой вовремя этих занятий	Давать адекватную позитивную самооценку; проявлять устойчивый познавательный интерес к изучению лыжного спорта; знать основные морально-этические нормы.	
89.79.	21.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Совершенствование ЗУН	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра «Пере-стрелка». Игра в мини-баскетбол. Развитие	Установление причинно-следственных связей.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Определение цели.	Ориентация на выполнение моральных норм.	

				координационных способностей					
90. 80.	26.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Комбинированный	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Установление причинно-следственных связей.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Определение способов взаимодействия.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
91. 81.	27.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Совершенствованное	ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Установление причинно-следственных связей.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей.	Определение способов взаимодействия.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
92. 82.	28.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Совершенствованное	Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Ориентировка на разнообразие способов решения задач.	Адекватно воспринимать оценку учителя	Определение способов взаимодействия	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
93. 83.	30.04	Подвижные игры на основе баскетбола	Комбинированный	ОРУ. Ведение, передача, ловля мяча. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Ориентировка на разнообразие способов решения задач.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей	Поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
94.	3.05	Подвижные игры на основе баскетбола	Комбинированный	ОРУ. Ведение, передача, ловля мяча. Игра «Не дай мяч водящему». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Ориентировка на разнообразие способов решения задач.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей	Поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
95. 84.	4.05	Ходьба и бег	Совершенствованное	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши».	Ориентировка на разнообразие способов решения	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей	Определение способов взаимодействия	Формирование адекватной позитивной	

				Развитие скоростных способностей. Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений	задач.		я	самооценки.	
96.85.	5.05	Ходьба и бег	Совершенствование	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений	Ориентировка на разнообразие способов решения задач.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
97.86.	11.05	Ходьба и бег	Комбинированный	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей	Ориентировка на разнообразие способов решения задач.	Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей	Поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта.	Формирование адекватной позитивной самооценки.	
98.87.	12.05	Ходьба и бег	Совершенствование ЗУН	Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей	Находить и выделять нужную информацию.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
99.88.	17.05	Ходьба и бег	Комбинированный	Бег на результат (30, 60 м). Круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей	Находить и выделять нужную информацию.	Предвосхищение результатов уровня усвоения.	Инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
100.89.	18.05	Ходьба и бег	Совершенствование	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств	Находить и выделять нужную информацию.	Предвосхищение результатов уровня усвоения.	Инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
101.90.	19.05	Ходьба и бег	Совершенствование	Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей	Находить и выделять нужную информацию.	Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.	Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.	Развитие познавательных интересов, учебных мотивов.	
102.	24.05	Ходьба	Комбин	Бросок теннисного мяча	Выдвижение	Определение	Учитывать	Знание основных	

91.		и бег	ированный	на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей	гипотез и их обоснование.	последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.	разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве	моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь, естественность).	
103	25.05	Ходьба и бег	Совершенствован	Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых способностей	Выдвижение гипотез и их обоснование.	Определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата.	Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве	Знание основных моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь, естественность).	
104	26.05	Ходьба и бег	Совершенствован	Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств	Находить и выделять нужную информацию.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Уметь строить понятные для партнера высказывания.	Знание основных моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь, естественность).	
105	31.05	Ходьба и бег	Совершенствован	Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств	Находить и выделять нужную информацию.	Адекватно воспринимать оценку учителя.	Уметь строить понятные для партнера высказывания.	Знание основных моральных норм (справедливое распределение, взаимопомощь, естественность).	
		Итого:105 ч.							