



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ №126
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Рассмотрена на заседании
МО учителей
физической культуры
Протокол № 6 от 07.06.18
Председатель МО
Грекова О.П.

Принята
педагогическим советом
ГБОУ Лицей №126
Протокол № 14 от 08.06.18

Утверждаю
Директор _____ Розов П.С.
Приказ № 185 от 14.06.18

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ 4-Х КЛАССОВ

РАЗРАБОТАНА УЧИТЕЛЕМ физической культуры
Арсеевой Светланой Андреевной
Федченко Галиной Юрьевной

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ – 1 ГОД

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

2018 ГОД

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативные документы

Рабочая программа разрабатывается в соответствии с:

- федеральным государственным образовательным стандартом, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ №373 от 06. 10. 2009 (в ред. приказов от 26 ноября 2010 г. № 1241, от 22 сентября 2011 г. № 2357);
- авторской рабочей программой Физическая культура А.П. Матвеева (УМК “Перспектива”), созданной на основе федерального государственного образовательного стандарта;
- федеральным перечнем учебников, утвержденных приказом министерства образования и науки РФ приказ от 31 марта 2014 г. № 253, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования;
- требованиями к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального государственного стандарта;
- с учебным планом ГБОУ Лицей №126 Калининского района Санкт-Петербурга на 2018-2019 г.

Место предмета в учебном плане ГБОУ Лицей №126 Калининского района Санкт-Петербурга

По годовому учебному плану для 1-4 классов на изучение курса «Физическая культура» в каждом классе отводится по 3 часа в неделю, всего 405 часов: в 1 классе 99 часов (33 учебные недели), во 2-4 классах по 102 часа (34 учебные недели).

Цели и задачи учебного предмета

Целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих **образовательных задач**:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством

обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа обучения физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);

- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Адресность рабочей программы

Программа рассчитана на учащихся 4 класса, обучающихся по общеобразовательной программе начального общего образования.

Настоящая рабочая программа учитывает особенности 4 класса (по мнению учителя в соответствии с возрастными особенностями). В классе будут проводить исследования различных видов. Учащиеся класса будут активно работать в группах и командах, что позволит совершенствовать коммуникативные навыки. Контрольные упражнения в разделах «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Кроссовая подготовка», «Спортивные игры» позволят проверить себя, выявить свои спортивные способности.

1-ая группа – хорошо физически подготовленных учеников, будут сдавать учебные нормативы по программе.

2-ая группа- слабо физически подготовленных учеников, будут предложены дополнительные упражнения на освоение данного двигательного действия.

Количество часов на изучение предмета

Из них на базовую часть 68 часов и вариативную часть 34 часа, занятия в спортивном зале В т.ч. количество часов для проведения практических контрольных зачетов 21 час, на устные контрольные зачеты 4 часа.

Изменения, внесённые в текст программы, взятой за основу при написании рабочей программы

	изменение	обоснование
1	Заменить тему «Лыжные гонки» 12 часов на тему «Кроссовая подготовка». «Легкая атлетика».	На основании письма МО РФ от 27.11.1995 г. №135511 в связи с трудностями проведения лыжной подготовки, заменяется на кроссовую подготовку, легкую атлетику.
2	Провести урок в учебном классе на тему «Физкультурно-оздоровительная деятельность»	Результаты итоговых тестов

Ожидаемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

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

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах

взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

- высказывать и обосновывать свою точку зрения;

- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

- задавать вопросы.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком

техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	Занятия в спортивном зале и на стадионе	68
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	1
1.3	Легкая атлетика	22
1.4	Кроссовая подготовка	9
1.5	Гимнастика с элементами акробатики	16
1.6	Подвижные игры	10
1.7	Мини-футбол	10
2.	Вариативная часть	34
2.1.	Спортивная игра на основе волейбола – пионербол	12
2.2.	Спортивная игра на основе баскетбола	12
2.3.	Подготовка и проведение соревновательных мероприятий	5
2.4	Резерв	5
	Итого	102

Тема и количество часов на ее изучение

Основы знаний о физической культуре (в процессе урока)

Знания о физической культуре

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

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

История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности (в процессе урока)

Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур,

комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

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

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность (1 ч.)

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Лёгкая атлетика (22 ч.)

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением 30 и 60м., с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой. Прыжок в длину с места.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Кроссовая подготовка(9 ч.)

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 1000 м; равномерный бег до 10 мин.

Гимнастика с основами акробатики (16 ч.)

Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост. Акробатические комбинации. Гимнастическая комбинация. Опорный прыжок. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Подвижные игры (10 ч.)

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

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале спортивных игр: футбол – удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол – специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол – подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча;

подвижные игры на материале волейбола.

Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта. Подвижные игры: «Перестрелки», «Колдуны», «Удочка», «Выбивала», «Воробьи, вороны».

Мини-футбол.(10 ч.)

Развитие физических качеств. Умение владеть мячом – остановки мяча, передачи мяча на расстояние, ведение и удары. Правила игры. Игра в мини-футбол.

Спортивная игра на основе волейбола(12 ч.)

Пионербол: передача и ловля мяча снизу, от груди из-за головы через сетку. Правила игры в пионербол. Игра в пионербол. Развитие координационных способностей, ловкости.

Спортивная игра на основе баскетбола(12 ч.)

Развитие физических качеств. Умение владеть мячом – держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски. Правила игры. Игра в мини-баскетбол.

Подготовка и проведение соревновательных мероприятий (5 ч.)

Развитие сообразительности, ловкости, быстроты реакции, чувства товарищества, ответственности, активности каждого ребёнка. Подвижные игры и мероприятия соревновательного характера носят, прежде всего, воспитательный характер и помогают учащимся закрепить знания и умения, полученные на уроке физической культуре.

Работа с учебниками по «Физической культуре»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Содержание	Требования к результатам	Дата проведения
			Предметные	Метапредметные
Легкая атлетика (17 ч.)				
1	Физическая культура Ходьба и бег.	Инструктаж по ТБ. Знакомство с предметом, подбор одежды, обуви. Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием бедра, бег с ускорением. Развитие скоростных способностей.	Знать правила ТБ. Знать правила поведения в зале. Уметь правильно подбирать одежду, обувь. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге;	Регулятивные УУД обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать

				результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
2	Из истории физической культуры .Ходьба и бег.	Знать основные виды спорта, Излагать факты истории развития физической культуры.	Знать основные виды спорта, Излагать факты истории развития физической культуры. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 30 м.	Регулятивные УУД находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность

3	Ходьба и бег.	Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием бедра , бег с ускорением 30м. Развитие скоростных способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 30м.	Регулятивные УУД обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;
4	Ходьба и бег. Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.	Составления режима дня. Выполнение комплексов упражнений для развития основных физических качеств; проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня. Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием бедра, бег с ускорением .Развитие скоростных способностей.	Измерять индивидуальные показатели физического развития. Знать правила ТБ. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 60 м.	Регулятивные УУД планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению

				в совместной деятельности;
5	Ходьба и бег.	Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием бедра, бег с ускорением. Развитие скоростных способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 60 м.	Регулятивные УУД организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;

6	Ходьба и бег.	Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием бедра, челночный бег. Развитие скоростных способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 3х10м.	Регулятивные УУД обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;
7	Ходьба и бег.	Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием бедра, челночный бег. Развитие скоростных способностей.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 3х10м.	Регулятивные УУД обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД

				высказывать и обосновывать свою точку зрения;
8	Физические упражнения. Прыжки, многоскоки.	Прыжки: в длину с места, на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком. Физические упражнения и их влияние на физическое развитие человека.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться на обе ноги. Уметь выполнять физические упражнения и знать их влияние на физическое развитие человека.	Регулятивные УУД находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
9	Прыжки, многоскоки.	Прыжки: в длину с места, на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться на обе ноги.	Регулятивные УУД находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить

				<p>возможности и способы их улучшения;</p> <p>Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность</p>
10	Прыжки, многоскоки.	Многоскоки: 7 многоскоков, на восьмой приземление на две стопы	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться на обе ноги.	<p>Регулятивные УУД обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;</p> <p>Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;</p>
11	Прыжки, многоскоки.	Многоскоки: 7 многоскоков, на восьмой приземление на две стопы	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться на обе ноги.	<p>Регулятивные УУД находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;</p> <p>Познавательные УУД анализировать и объективно</p>

				оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
12	Метание мяча.	Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании на дальность и в цель.	Регулятивные УУД планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать

				свою точку зрения;
13	Метание мяча.	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании. Метать на дальность.	Регулятивные УУД организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
14	Метание мяча.	Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании. Метать на дальность, в цель.	Регулятивные УУД обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить

				<p>возможности и способы их улучшения;</p> <p>Коммуникативные УУД</p> <p>высказывать и обосновывать свою точку зрения;</p>
15	Метание мяча.	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании. Метать на дальность.	<p>Регулятивные УУД находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;</p> <p>Познавательные УУД</p> <p>анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;</p> <p>Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность</p>
16	Метание мяча.	Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.	Уметь правильно выполнять основные движения в метании на дальность и в цель.	<p>Регулятивные УУД планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</p> <p>Познавательные УУД</p> <p>характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную</p>

				оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной
17	Метание мяча.	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди	Уметь правильно выполнять основные движения в метании. Метать на дальность.	Регулятивные УУД находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
18	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток. Комплексы упражнений на развитие физ.качеств. Комплексы упражнений на развитие физических	Выполнять комплексы утренней гимнастики, физкультминуток, ОРУ. Выполнять ОРУ, гимнастику для глаз.	Регулятивные УУД организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

		качеств. Гимнастика для глаз.		Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативны е УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
Кроссовая подготовка (9 ч).				
19	Кроссовая подготовка	Инструктаж по ТБ. Равномерный бег(3 мин.). Чередовани е ходьбы и бега(бег 50 метров, ходьба- 100м.). Подвижная игра "Третий лишний". ОРУ. Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе.	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные:• анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; . Коммуникативны е: слушать и слышать других, пытаться

				принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
20	Кроссовая подготовка	Равномерный бег(3мин.).Чередование ходьбы и бега(бег 50 метров,ходьба-100м.).Подвижная игра "Третий лишний". ОРУ. Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе.	Регулятивные УУД планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
21	Кроссовая подготовка	Равномерный бег(4 мин.).Чередование ходьбы и бега(бег 80 метров,ходьба-90м.).Подвижная игра "Пятнашки". ОРУ. Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе.	Регулятивные УУД • планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные: • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе

				освоенных знаний и имеющегося опыта; . Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; задавать вопросы.
22	Кроссовая подготовка	Равномерный бег(4 мин.). Чередование ходьбы и бега(бег 80 метров,ходьба-90м.).Подвижная игра "Пятнашки". ОРУ. Развитие выносливости.	Уметь бегать в равномерном темпе.	Регулятивные УУД • планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные: • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; задавать вопросы.
23	Кроссовая подготовка	Равномерный бег(5мин.). Чередование ходьбы и бега(бег 80 метров,ходьба-90м.).Подвижная игра "Третий лишний" .ОРУ. Развитие выносливости	Уметь бегать в равномерном темпе.	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные:• анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить

				<p>возможности и способы их улучшения; . Коммуникативные: слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>
24	Кроссовая подготовка	<p>Равномерный бег(5мин.).Чередование ходьбы и бега(бег 80 метров,ходьба-90м.).Подвижная игра "Третий лишний". ОРУ. Развитие выносливости</p>	<p>Уметь бегать в равномерном темпе.</p>	<p>Регулятивные УУД • планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные: • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; . Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; задавать вопросы.</p>
25	Кроссовая подготовка	<p>Равномерный бег(6мин.).Чередование ходьбы и бега(бег 80 метров,ходьба-90м.).Подвижная игра "Третий лишний". ОРУ. Развитие выносливости</p>	<p>Уметь бегать в равномерном темпе.</p>	<p>Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные:• анализировать и объективно оценивать результаты</p>

				<p>собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные: слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>
26	Кроссовая подготовка	<p>Равномерный бег(6мин.).Чередование ходьбы и бега(бег 80 метров,ходьба-90м.).Подвижная игра "Третий лишний". ОРУ. Развитие выносливости</p>	<p>Уметь бегать в равномерном темпе.</p>	<p>Регулятивные УУД • планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные: • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; задавать вопросы.</p>
27	Кроссовая подготовка	<p>Равномерный бег(7мин.). Чередование ходьбы и бега(бег 80 метров,ходьба-90м.).Подвижная игра "Третий лишний". ОРУ. Развитие выносливости</p>	<p>Уметь бегать в равномерном темпе (до 10 минут), чередовать бег и ходьбу.</p>	<p>Регулятивные УУД • планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные: •</p>

				<p>характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</p> <p>Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; задавать вопросы.</p>
Гимнастика с основами акробатики(16 ч.)				
28	Акробатика. Строевые упражнения.	<p>Инструктаж по ТБ. Основная стойка.</p> <p>Построение в колонну по одному.</p> <p>Построение в шеренгу.</p> <p>Построение в круг.</p> <p>Группировка.</p> <p>Перекаты в группировке, стойка на лопатках, мостик, кувырок вперед.</p>	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	<p>Регулятивные УУД•</p> <p>планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</p> <p>Познавательные УУД</p> <p>характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</p> <p>Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками</p>

				на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
29	Акробатика. Строевые упражнения.	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке, лёжа на животе.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативны е УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
30	Акробатика. Строевые упражнения.	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке,	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации.	Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные

		лѐжа на животе.		УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
31	Акробатика. Строевые упражнения.	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке, кувырок вперед, стойка на лопатках, мостик.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;

32	Акробатика. Строевые упражнения.	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке ,кувырок вперед, назад ,стойка на лопатках, мостик.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
33	Акробатика. Строевые упражнения.	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Построение в шеренгу. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке, кувырок вперед, назад, стойка на лопатках, мостик.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД общаться

				и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
34	Равновесие. Строевые упражнения. Висы.	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Повороты направо, налево. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи. Висы. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.	Уметь выполнять строевые упражнения ,подтягиваться и упражнения в равновесии, подтягиваться.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
35	Равновесие. Строевые упражнения. Висы.	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Повороты направо, налево. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами.	Уметь выполнять строевые упражнения, подтягиваться и упражнения в равновесии, подтягиваться.	Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные

		<p>Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи. Висы. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.</p>		<p>УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>
36	<p>Равновесие. Строевые упражнения. Висы.</p>	<p>Перестроение по звеньям ,по заранее установленным местам. Повороты направо, налево. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи. Висы. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.</p>	<p>Уметь выполнять строевые упражнения, подтягиваться и упражнения в равновесии, подтягиваться.</p>	<p>Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;</p>

37	Равновесие. Строевые упражнения. Висы.	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Повороты направо, налево. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи. Висы. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в вися.	Уметь выполнять строевые упражнения, подтягиваться и упражнения в равновесии, подтягиваться.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
38	Равновесие. Строевые упражнения. Висы.	Построение в две шеренги. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в вися. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ. Подвижные игры. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять строевые упражнения, висы ,подтягивание в вися.	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать

				свою точку зрения;
39	Опорный прыжок, лазание.	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.	Уметь лазать по гимнастической стенке. Выполнять опорный прыжок.	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
40	Опорный прыжок, лазание.	Лазание по гимнастической стенке .ОРУ в движении. Перелезание через коня. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.	Уметь лазать по гимнастической стенке. Выполнять опорный прыжок.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД

				анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
41	Опорный прыжок, лазание.	Лазание по гимнастической стенке .ОРУ в движении. Перелезание через коня. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей .Подвижные игры.	Уметь лазать по гимнастической стенке. Выполнять опорный прыжок.	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

42	Опорный прыжок, лазание.	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.	Уметь лазать по гимнастической стенке. Выполнять опорный прыжок.	Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;
43	Опорный прыжок, лазание.	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.	Уметь лазать по гимнастической стенке. Выполнять опорный прыжок.	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и

				приходить к общему решению в совместной деятельности;
Подвижные игры (5 ч.)				
44	Подвижные игры	Инструктаж по ТБ. Колдуны ,перестрелки, удочка. Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием и выполнять правила игры.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные:• технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.. Коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения;
45	Подвижные игры	Колдуны, перестрелки ,удочка .Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием и выполнять правила игры.	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные:• анализировать и



				<p>объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; . Коммуникативные: слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>
46	Подвижные игры	<p>Колдуны, перестрелки, удочка .Развитие скоростных и координационных способностей.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием и выполнять правила игры.</p>	<p>Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные:• технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.. Коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения;</p>
47	Подвижные игры	<p>Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Игра колдуны.</p>	<p>Уметь правильно выполнять задание.</p>	<p>Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные:• анализировать и</p>

				<p>объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; . Коммуникативные: слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>
48	Подвижные игры	<p>Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Игра колдуны.</p>	Уметь правильно выполнять задание.	<p>Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные:• анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; . Коммуникативные: слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>

Спортивные игры (34 ч.)

49	Баскетбол	Инструктаж по ТБ .Передача мяча снизу ,от груди на месте. Ловля мяча на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ .Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
50	Баскетбол	Передача мяча снизу, от груди на месте. Ловля мяча на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол.	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД

		способностей.		характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
51	Баскетбол	Передача мяча снизу, от груди на месте. Ловля мяча на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

52	Баскетбол	<p>Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол.</p>	<p>Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>
53	Баскетбол	<p>Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.</p>	<p>Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД</p>

				высказывать и обосновывать свою точку зрения;
54	Баскетбол	Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
55	Баскетбол	Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД

		координационных способностей.		анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
56	Баскетбол	Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр .Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и

				имеющегося опыта; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
57	Баскетбол	Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
58	Баскетбол	Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

				<p>Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;</p>
59	Баскетбол	<p>Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол .Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля ,ведение, броски)в процессе подвижных игр. Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.</p>	<p>Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД управлять эмоциями при</p>

				общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
60	Баскетбол	Передача и ловля мяча от груди на месте. Ведение мяча стоя на месте и в движении. ОРУ. Бросок в кольцо. Правила игры. Играть в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Уметь владеть мячом(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)в процессе подвижных игр .Игра в мини-баскетбол. Знать правила игры.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
			Подготовка к	соревнованиям (5

61	Висы. Метание. Многоскоки. Челночный бег.	Инструктаж по ТБ. Подготовка к соревнованиям "К стартам готов". Подтягивание мальчики 1-10 раз, девочки 1-25 раз. Метание в цель-5 раз. Многоскоки 1-18м. Челночный бег. Развитие силовых, скоростных, координационных способностей.	Метать в цель. Бегать с макс. Скоростью. Прыгать в длину с разбега. Выполнять подтягивание в висе.	Регулятивные УУД • планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные: • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
62	Висы. Метание. Многоскоки. Челночный бег.	Подготовка к соревнованиям "К стартам готов". Подтягивание мальчики 1-10 раз, девочки 1-25 раз. Метание в цель-5 раз. Многоскоки 1-18м. Челночный бег. Развитие силовых, скоростных, координационных способностей.	Метать в цель. Бегать с макс. Скоростью. Прыгать в длину с разбега. Выполнять подтягивание в висе.	
63	Висы. Метание. Многоскоки. Челночный бег.	Подготовка к соревнованиям" К стартам готов". Подтягивание мальчики 1-10 раз, девочки 1-25 раз. Метание в цель-5 раз. Многоскоки 1-18м. Челночный бег. Развитие	Метать в цель. Бегать с макс. Скоростью. Прыгать в длину с разбега. Выполнять подтягивание в висе.	

		силовых, скоростных, координационных способностей.		
64	Висы. Метание. Многоскоки. Челночный бег.	Подготовка к соревнованиям "К стартам готов". Подтягивание мальчики 1-10 раз, девочки 1-25 раз. Метание в цель-5 раз. Многоскоки 1-18м. Челночный бег. Развитие силовых, скоростных, координационных способностей.	Метать в цель. Бегать с макс. Скоростью. Прыгать в длину с разбега. Выполнять подтягивание в висе.	
65	Висы. Метание. Многоскоки. Челночный бег.	Подготовка к соревнованиям "К стартам готов". Подтягивание мальчики 1-10 раз, девочки 1-25 раз. Метание в цель-5 раз. Многоскоки 1-18м. Челночный бег. Развитие силовых, скоростных, координационных способностей.	Метать в цель. Бегать с макс. Скоростью. Прыгать в длину с разбега. Выполнять подтягивание в висе.	Регулятивные УУД • планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные: • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; . Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

66	Волейбол	Инструктаж по ТБ. Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
67	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие	Владеть мячом (держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД технически правильно

		координационных способностей.		выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
68	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

69	Волейбол	<p>Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Владеть мячом(держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.</p>	<p>Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;</p>
70	Волейбол	<p>Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, от груди, нижняя подача через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Владеть мячом(держать ,ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.</p>	<p>Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную</p>

				оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
71	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать

				свою точку зрения;
72	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать ,ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
73	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, от груди, нижняя подача через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие	Владеть мячом(держать ,ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	

		координационных способностей.		
74	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, от груди, нижняя подача через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать ,ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	
75	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, от груди, нижняя подача через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол .Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	
76	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу, из-за головы, от груди, нижняя подача через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	

77	Волейбол	Передача и ловля мяча снизу ,из-за головы, от груди, нижняя подача через сетку. ОРУ. Подвижная игра на материале волейбола-пионербол. Правила игры. Развитие координационных способностей.	Владеть мячом(держать, ловить, перебрасывать мяч через сетку).Знать правила игры в пионербол.	
Мини-футбол(10				
78	Мини-футбол	Инструктаж по ТБ. Передача и остановка мяча, обводка стоек. Игра в мини-футбол. Удары по воротам.	Знать правила игры в мини-футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками

				на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
79	Мини-футбол	Правила игры в мини-футбол. Передача и остановка мяча. Беговые упражнения. Игра в мини-футбол.	Знать правила игры в мини- футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативны е УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;
80	Мини-футбол	Правила игры в мини-футбол. Передача и остановка мяча. Беговые упражнения. Игра в мини-футбол.	Знать правила игры в мини- футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия)

				и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативны е УУД общаться и взаимодействоват ь со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
81	Мини-футбол	Передача и остановка мяча, обводка стоек. Игра в мини- футбол. Удары по воротам.	Знать правила игры в мини- футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативны е УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;

82	Мини-футбол	Правила игры в мини-футбол. Передача и остановка мяча. Беговые упражнения. Игра в мини-футбол.	Знать правила игры в мини-футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
83	Мини-футбол	Правила игры в мини-футбол. Передача и остановка мяча. Беговые упражнения. Игра в мини-футбол.	Знать правила игры в мини-футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и

				соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
84	Мини-футбол	Правила игры в мини-футбол. Передача и остановка мяча. Беговые упражнения. Игра в мини-футбол.	Знать правила игры в мини-футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
85	Мини-футбол	Передача и остановка мяча, обводка стоек. Игра в мини-футбол. Удары по воротам.	Знать правила игры в мини-футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные:• технически

				<p>правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>Коммуникативные УУД: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; задавать вопросы;</p>
86	Мини-футбол	<p>Передача и остановка мяча, обводка стоек. Игра в мини-футбол. Удары по воротам.</p>	<p>Знать правила игры в мини-футбол. Уметь контролировать мяч</p>	<p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; <p>Познавательные УУД</p> <ul style="list-style-type: none"> характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; <p>Коммуникативные УУД</p> <ul style="list-style-type: none"> общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

87	Мини-футбол	Передача и остановка мяча, обводка стоек. Игра в мини-футбол. Удары по воротам.	Знать правила игры в мини-футбол. Уметь контролировать мяч	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
				Подвижные игры
88	Подвижные игры	Инструктаж по ТБ. День, ночь. Перестрелки. Пятнашки в парах. Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием и выполнять правила игры.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные:• технически правильно выполнять двигательные действия из

				<p>базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения;</p>
89	Подвижные игры	Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь правильно выполнять задание.	<p>Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные: технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения;</p>
90	Подвижные игры	День, ночь. Перестрелки. Пятнашки в парах. Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием и выполнять правила игры.	<p>Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные: технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта,</p>

				использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения;
91	Подвижные игры.	Эстафеты Развитие скоростно-силовых качеств	Уметь правильно выполнять задание.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные: технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения;
92	Подвижные игры	Колдуны, перестрелки, удочка. Развитие скоростных и координационных способностей.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием и выполнять правила игры.	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные: технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и

				соревновательной деятельности. Коммуникативные: высказывать и обосновывать свою точку зрения;
Легкая атлетика (5 ч.)				
93	Ходьба и бег.	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках. Бег с высоким подниманием бедра, челночный бег 3 по 10м. Развитие скоростных способностей.	Знать правила ТБ. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 3х10 м.	Регулятивные УУД• находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
94	Ходьба и бег.	Ходьба под счёт. Ходьба на носках, на пятках .Бег с высоким подниманием бедра, бег с ускорением. Развитие скоростных	Знать правила ТБ. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 3х10	Регулятивные УУД• оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; Познавательные

		способностей.	м.	УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
95	Прыжки, многоскоки	Прыжки: в длину с места, на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в высоту через резинку с приземлением на маты.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться на обе ноги.	Регулятивные УУД• планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; Познавательные УУД технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные УУД высказывать и обосновывать свою точку зрения;

96	Прыжки, многоскоки	Прыжки: в длину с места, на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в высоту через резинку с приземлением на маты.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться на обе ноги.	Регулятивные УУД• организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; Познавательные УУД характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; Коммуникативные УУД управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность
97	Прыжки, многоскоки	Прыжки: в высоту через резинку с приземлением на маты. Многоскоки: 7 многоскоков, на восьмой приземление на две стопы	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, приземляться на обе ноги.	Регулятивные УУД• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; Познавательные УУД анализировать и объективно оценивать результаты собственного

				<p>труда, находить возможности и способы их улучшения; Коммуникативные УУД общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;</p>
98	Резерв			
99	Резерв			
100	Резерв			
101	Резерв			



102	Резерв			
№п/п	Изменения, внесённые в КТП			Обоснование

1.

2

3

4

5

70



КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЙ ФОНД

Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств.

Контроль ные упражнения	Уровень						
		высокий	средний	Низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики	Девочки					
Подтягивание весе, кол-во раз	в	6	4	3			

Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Бег 30 м с высокого старта, с.	5.00	5.6-6.5	6.6	5.2	5.6-6.5	6.6

Виды контроля

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся. В курсе физкультуры 4-го класса предусмотрен текущий, тематический и итоговый контроль.

Текущий контроль осуществляется практически на каждом уроке: в ходе устного опроса и практической работы на уроке; в ходе выполнения самостоятельных заданий к упражнениям. Формы текущего контроля – самостоятельные задания, устный опрос.

Тематический контроль осуществляется в конце изучения темы. Формы тематического контроля – промежуточные зачеты по каждому разделу темы.

Итоговый контроль осуществляется в конце изучения курса физической культуры 4 класса. Формы итогового контроля – зачет.

Формы контроля: устный опрос,, контрольные нормативы-зачет.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Зачеты: Легкая атлетика

- бег с ускорением 30м
- бег с ускорением 60м
- челночный бег 3 по 10м.
- прыжки в длину с места
- метание в цель
- метание на дальность
- равномерный бег 6 мин.

Гимнастика с основами акробатики- кувырок вперед, кувырок назад, группировка

- стойка на лопатках, мостик
- акробатическая комбинация (кувырок вперед, кувырок назад, стойка на лопатках, мостик, группировка)

- строевые упражнения (повороты, перестроения)
- висы
- отжимания, пресс, приседания
- опорный прыжок(перелезание через коня.)

Спортивные игры: баскетбол

- передача и ловля мяча двумя руками от груди
- ведение мяча правой, левой рукой
- броски в цель(корзину)
- правила игры

волейбол

- передача и ловля мяча через сетку от груди
- передача и ловля мяча из-за головы

- правила игры в пионербол
 - игра в пионербол
- мини-футбол
- обводка стоек, остановка мяча
 - правила игры в мини-футбол
- Подвижные игры
- правила игры

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

Основная литература

№	Название учебника	класс	ФИО автора	Издательство	Год издания
1	Физическая культура	3-4	Матвеев А.П.	Просвещение	2017

Дополнительная литература

№	Название учебника	класс	ФИО автора	Издательство	Год издания
1	Физическая культура Рабочие программы	1-4	Матвеев А.П.	Просвещение	2013

Интернет- ресурсы

№	Адрес сайта	Название диска	класс	ФИО автора	Издательство	Год издания
1	Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов. – Режим доступа: http://school-collection.edu.ru					
2	Официальный сайт УМК «Перспектива». – Режим доступа: http://www.prosv.ru/umk/per-spektiva/info.aspx?ob_no=12371					
3	Презентация уроков					

	«Начальная школа». – Режим доступа: http://nachalka.info/about/193					
4	Я иду на урок начальной школы (материалы к уроку). – Режим доступа: www.festival.1september.ru					
5	Образовательный портал «Ucheba.com». – Режим доступа: www.uroki.ru					
6	Мультипортал. – Режим доступа: www.km.ru/education					