

Раздел 4. КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 класс

Общее количество часов на 2023 2024 учебный год: 102 ч. Общее количество учебных часов на 1 четверть: 27 ч.

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	Д/з	Дата проведения
Легкая атлетика – 8 часов								
1	Тестирование	1	1. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий на открытой площадке – ИОТ – 55 – 2005. 2.ОРУ без предметов 3.Строевая подготовка. 4.Тестирование. 5.Игра «Пятнашки» 6. Игра в футбол.	Знать правила техники безопасности при занятиях на открытой площадке.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст-никами и взрослыми в разных социальных ситуациях	Бег на скорость	
2	Метание мяча в цель	1	1.ОРУ без предметов. Развитие выносливости. 2.Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. 3.Строевая подготовка. 4. Метание мяча в цель. 4.Игра «Салки» 5. Игра в футбол.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 30 м	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача-ми и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со-хранять заданную цель. Познавательные: проходить тестиро-вание метания малого мяча на точ-ность, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательно-сти и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотrud-ничества со сверстниками и взрослыми в разных со-циальных ситуациях	Силовые упражнения	
3	Прыжок в длину с места		1.ОРУ без предметов. Развитие выносливости. 2.Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. 3.Строевая подготовка. 4. Прыжок в длину с места 5. Игра в футбол.	Уметь правильно выполнять прыжок в длину с места	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра-нять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с места, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осозна-ние личного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос-лыми в разных социаль-ных ситуациях	Бег на скорость	

4	Высокий старт	1	1.ОРУ с малым мячом. 2.Упражнение «Великаны и гномы» в колонне. 3.Бег зигзагом по заданию учителя. 4.Разучить высокий старт. 5.Встречная эстафета с палочкой с этапом до15м. 6. Игра в футбол.	Знать о положительном влиянии здорового образа жизни на здоровье, настроение, успехи в учёбе, в дальнейшей жизни.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Бег на скорость	
5	Бег 30м. с высокого старта.	1	1.ОРУ с малым мячом. 2. Бег 30м. с высокого старта. 3.Игра «Догони свою пару» 4. Игра в футбол.	Уметь правильно выполнять основные движения в беге на 30 м.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Бег на скорость	
6	Челночный бег 3x10 м.	1	1.ОРУ с малым мячом. 2.Бег до 2-х мин. 3.Совершенствовать метание малого мяча. 3.Бросание набивного мяча. 4. Челночный бег 3x10 м. 5.Эстафета «Гонка мяча над головой». 6. Игра в футбол.	Знать что такое ЗОЖ и его положительном влиянии на организм человека.	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	ОРУ с малым мячом.	
7	Прыжок в длину с разбега.	1	1.ОРУ без предметов. 2.Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. 3. Тест: - подтягивание (мальчики), - отжимание (девочки). 4.Медленный бег до 2-х минут. 5. Прыжок в длину с разбега. 5.Игра «Догони свою пару» 6. Игра в футбол.	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; выполнять прыжок в длину с разбега	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	ОРУ без предметов	

8	Бег на дистанцию 1000 м.	1	1.ОРУ с малым мячом. 2.Равномерный бег 3 мин. 3.Принять контрольное упражнение – метание мяча на дальность. 4.Пръжки через скакалку.5.Бег на 1000м. 6. Игра в футбол.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: преодолевать длинные дистанции, играть в подвижные и спортивные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	ОРУ с малым мячом.	
Кроссовая подготовка - 5 часов								
9	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний» Игра в футбол.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Бег 3 мин.	
10	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний» Игра в футбол.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Бег 3 мин.	
11	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег,100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» Игра в футбол.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Бег 4 мин.	

12	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» Игра в футбол.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Бег 4 мин.		
13	Бег по пересеченной местности		Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» Игра в футбол.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Бег 5 мин.		
Подвижные игры – 9 часов									
14	Подвижные игры: «К своим флажкам», «Два мороза».	1	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Коммуникативные: слушать и слышать друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: играть в подвижные игры, знать правила игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплек с ОРУ		
15	Подвижные игры: «К своим флажкам», «Два мороза».	1	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: играть в подвижные игры, знать правила игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплек с ОРУ		

16	Подвижные игры: «Пятнашки», «Класс, смирно!».	1	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять броски играть в подвижные игры, знать правила игры.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Комплекс ОРУ	
17	Подвижные игры: «Пятнашки», «Два мороза».	1	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять броски играть в подвижные игры, знать правила игры.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Комплекс ОРУ	
18	Подвижные игры: «Быстро по своим местам», «Зайцы в огороде»	1	ОРУ в движении. Игры: «Быстро по своим местам», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: играть в подвижные игры, знать правила игры.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплекс ОРУ	
19	Подвижные игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	1	ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: играть в подвижные игры, знать правила игры.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплекс ОРУ	

20	Подвижные игры: «Лисы и куры», «Точный расчет».	1	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять броски играть в подвижные игры, знать правила игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Силовые упражнения		
21	Подвижные игры: «Запрещенное движение», «Точный расчет».	1	ОРУ в движении. Игры: «Запрещенное движение», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять броски играть в подвижные игры, знать правила игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Силовые упражнения		
22	Подвижные игры: «Лисы и куры», «Салки».	1	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Салки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять броски играть в подвижные игры, знать правила игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Силовые упражнения		
Элементы баскетбола – 5 часов									
23	Броски и ловля мяча на месте	1	1.ОРУ в движении. 2.Повторить повороты. 3. Броски и ловля мяча на месте 4. Игра «Охотники и утки».	Знать о влиянии на здоровье человека закаливания.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче- ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Подтяги вание		

24	Ведение мяча на месте	1	1.Разучить ОРУ с большим мячом. 2.Ведение на месте, мягко, но упруго нажимая на мяч кончиками пальцев. 3. Отрабатывать технику передачи и ловли баскетбольного мяча: а) передача мяча на месте, одна нога стоит впереди; б) передача мяча после удара об пол и ловля. 4.Подвижная игра «Метко в цель». 5.Малоподвижная игра «Фигуры»	Уметь правильно выполнять ведение мяча	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Подъем туловища из положения лёжа.	
25	Ведение мяча в движении	1	1.ОРУ с большим мячом. 2.Закрепить технику ведения мяча на месте, мягко, но упруго нажимая на мяч кончиками пальцев. 3.Разучить технику передачи и ловли баскетбольного мяча: а) передача мяча на месте, одна нога стоит впереди; б) передача мяча после удара об пол и ловля. 4.Игры «Мяч соседу», «Конники».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Уметь правильно выполнять ведение мяча	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Сгибание рук в упоре лежа	
26	Ведение мяча на месте и в движении	1	1.ОРУ с большим мячом. 2.Строчные упражнения, размыкание. 3. Совершенствовать технику ведения мяча на месте и в движении. 4.Закрепить технику передачи и ловли баскетбольного мяча. Игра «У медведя во бору».	Уметь правильно выполнять ведение мяча	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Игры на свежем воздухе	
27	Эстафета с ведением мяча	1	1.ОРУ с большим мячом. 2.Эстафета с ведением мяча. 3.Проверить упражнение на гибкость. 4.Совершенствовать технику передачи и ловли баскетбольного мяча. 5.Проверить на оценку ведение мяча на месте. 6.Игры: «Мяч среднему», «Гонка мячей в колонне».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Игры на свежем воздухе	

Тематическое планирование на II четверть Общее количество учебных часов на II четверть: 21 ч.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	Д/з	Дата проведения
Гимнастика – 14 часов								

1(28)	Лазание по наклонной скамейке. Строевая подготовка.	1	1.Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по гимнастике – ИОТ – 017 – 2004 2.Строевые упражнения: а) размыкание и смыкание приставными шагами; б)перестроение из колонны по одному в колонну по два. 3.ОРУ на формирование правильной осанки. 4.Лазание по гимнастической скамейке 5.Перелазание через стопку матов, бревно	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации Знать правила поведения на уроках	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять кувыр-рок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Комплекс ОРУ	
2 (29)	Упражнения в равновесии. Строевая подготовка.	1	1. Ходьба с выполнением команд « Великаны и гномы ». 2.Медленный бег с изменением направления – 1,5-2мин. 3.Перестроение из колонны по одному в колонну по три 4.ОРУ на формирование правильной осанки. 5. Упражнения в равновесии Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы. Оказывать страховку и само страховку при выполнении упражнений	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять кувыр-рок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Комплекс ОРУ	
3 (30)	Кувыр-рок вперед в группировке. Лазание по канату	1	1.Медленный бег в чередовании с бегом на месте и с изменением направления по указанию учителя – 1,5-2мин 2.Перестроение из колонны по одному в колонну по три. 3.ОРУ на формирование правильной осанки. 4.Совершенствовать технику кувырка вперед в группировке. 5. Отрабатывать стойку на лопатках с медленным выпрямлением ног. 6.Лазание по канату. 7.Игра «Салки, ноги от земли».	Уметь выполнять строевые команды, правильную постановку рук при выполнении стойки на лопатках. Знать Название гимнастических снарядов	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять кувыр-рок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Акробатические элементы	
4 (31)	Стойка на лопатках с медленным выпрямлением ног.	1	1.Медленный бег в чередовании с бегом на месте и с изменением направления по указанию учителя – 1,5-2мин 2.ОРУ на формирование правильной осанки. 3.Сдать на оценку кувыр-рок вперед в группировке. 4.Совершенствовать стойку на лопатках с медленным выпрямлением ног. 5.Лазание по наклонной скамейке. 6.Игра «Фигура»	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Акробатические элементы	

5 (32)	Упражнение «мост». Лазание по н. скамейке	1	1. Ходьба на месте с палкой у плеча. 2. Перестроение в колонну по три с соблюдением дистанции. 3. Повороты направо и налево переступанием с палкой у плеча. 4. ОРУ с гимнастической палкой. 5. Учить упражнение «мост» из положения лёжа на спине. 6. Проверить на оценку стойку на лопатках с медленным выпрямлением ног. 7. Игра «Мяч среднему».	Уметь правильно держать гимнастическую палку при ходьбе в колонну по одному. Знать термины «хват сверху», «хват снизу»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Акробатические элементы	
6 (33)	Акробатическое соединение Висы и упоры	1	1. ОРУ с гимнастической палкой. 2. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. 3. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» 4. Совершенствовать упражнение «мост» из положения лёжа на спине. 5. Учить акробатическое соединение: упор присев; кувырок вперёд в группировке, два переката назад (слитно), касаясь руками мата за плечами; лечь на мат и, согнув руки и ноги, встать в «мост» (стоять до счёта «три»); опуститься на мат, подняв ноги, выполнить стойку на лопатках. Из стойки на лопатках перекатом вперёд прийти в упор присев – встать. Развитие силовых способностей Висы и упоры	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Акробатические элементы	
7 (34)	Акробатическое соединение Висы и упоры	1	1. ОРУ с гимнастической палкой. 2. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. 3. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» 4. Совершенствовать упражнение «мост» из положения лёжа на спине. 5. Учить акробатическое соединение: упор присев; кувырок вперёд в группировке, два переката назад (слитно), касаясь руками мата за плечами; лечь на мат и, согнув руки и ноги, встать в «мост» (стоять до счёта «три»); опуститься на мат, подняв ноги, выполнить стойку на лопатках. Из стойки на лопатках перекатом вперёд прийти в упор присев – встать. Развитие силовых способностей Висы и упоры	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Подтягивание	

8 (35)	Висы. Лазание по канату	1 1.Организация гимнастической палкой. 2.Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. 3.Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» 4.Проверить на оценку упражнение «мост» из положения лёжа на спине 5. Учить висам: - вис стоя и лежа; - вис спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног; - вис на согнутых руках; - подтягивание в висе. 6.Совершенствовать акробатическое соединение: упор присев; кувырок вперёд в группировке, два переката назад (слитно), касаясь руками мата за плечами; лечь на мат и, согнув руки и ноги, встать в «мост» (стоять до счёта «три»);	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Сгибание рук в упоре	
9 (36)	Лазание, перелезание. Упражнения в равновесии канату. Висы и упоры.	1 1.Организация гимнастической палкой. 2.Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. 3.Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» 4.Учить: а) лазание: -по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе; - лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. б) перелезание через коня, бревно. 5.Совершенствовать висы: - вис стоя и лежа; - вис спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног; - вис на согнутых руках; - подтягивание в висе. 6.Проверить на оценку акробатическое соединение: кувырок вперёд в группировке, два переката назад (слитно), касаясь руками мата за плечами; лечь на мат и, согнув руки и ноги, встать в «мост» (стоять до счёта «три»);	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Уметь быстро и правильно считать прыжки через скакалку у своего партнёра.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Вращение обруча	
10 (37)	Упражнения на равновесие Акробатика.	1 1.Организация гимнастической палкой. 2.Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. 3.Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» 4.Проверить на оценку висы: - вис стоя и лежа; - вис спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног; - вис на согнутых руках; - подтягивание в висе. 3.Совершенствовать технику: а)лазания : -по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе; - лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук; б) перелезание через коня, бревно. 4.Учить упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием мячей, - стойка на двух и одной ноге на бревне. Развитие координационных способностей.	Уметь лазать по гимнастической стенке, правильно выполнять отжимание от пола. Знать технику выполнения отжимания от пола	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Упражнение на брюшной пресс.	

11 (38)	Лазание, перелезание. Упражнения в равновесии Висы и упоры	1	1.ОРУ в движении. 2.Проверить на оценку: а) лазание: -по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе; - лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук; б) перелезание через коня, бревно. 3.Отрабатывать технику упражнений на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием мячей, - стойка на двух и одной	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Прыжки со скакалкой	
12 (39)	Упражнение на брюшной пресс. Лазание, перелезание. Упражнения в равновесии. Висы и упоры	1	1.ОРУ в движении. 2.Проверить на оценку упражнения на равновесие: ходьба по гимнастической скамейке с перешагивание через набивные мячи; - стойка на двух и одной ноге на бревне. 3.Разучить упражнение на развитие и укрепление мышц живота. 4. Совершенствовать технику выполнения прохождения полосы из 5-ти препятствий. Развитие координационных способностей. 5.висы и упоры.	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять отталкивание одной ногой в опорном прыжке	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Акробатические элементы	
13 (40)	Комплекс упражнений на развитие гибкости. Акробатика. Лазание по канату	1	1.ОРУ в движении. 2.Совершенствовать упражнения на равновесие: -ходьбу на гимнастической скамейке с перешагивание через набивные мячи - стойка на двух и одной ноге на бревне. 3.Разучить комплекс упражнений на развитие гибкости. 4.Упражнение на брюшной пресс. 5.Проверит умение прохождения полосы из 5-ти препятствий. 6.лазание по канату.	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Ходьба на лыжах	
14 (41)	Акробатика. Лазание по канату. Висы и упоры	1	1.ОРУ в движении. 2.Проверить технику выполнения упражнения на брюшной пресс. 3. Совершенствовать комплекс упражнений на развитие гибкости. 4.Силовые упражнения - тестирование: - подтягивание на высокой перекладине (мальчики), - подтягивание на низкой перекладине (девочки). 6.Игры – эстафеты с набивными мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Ходьба на лыжах	

15 (42)	Стойка баскетболиста	1	1. Техника безопасности в 3 четверти. 2. ОРУ в движении. 3. Строевая подготовка: построение в колонну по одному, шеренгу 4. Стойка баскетболиста. 5. Игра «Салки»	Знать стойку баскетболиста	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять стойку баскетболиста, играть в подвижные игры</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
16 (43)	Ведение мяча на месте.	1	1. ОРУ в движении. 2. Строевая подготовка. 3. Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять ведение мяча на месте	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
17 (44)	Ведение мяча на месте и в движении.	1	1. ОРУ в движении. 2. Строевая подготовка. 3. Ведение мяча на месте и в движении.	Уметь выполнять ведение мяча на месте и в движении	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
18 (45)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1. Разновидности ходьбы и бега. 2. Строевая подготовка. 3. Броски и ловля мяча на месте.	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	

19 (46)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.Разновидности ходьбы и бега 2.Строевая подготовка. 3.Броски и ловля мяча на месте.	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст-никами и взрослыми в раз-ных социальных ситуаци-ях, умений не создавать конфликты и находить вы-ходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
20 (47)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.Разновидности ходьбы и бега. 2.Строевая подготовка: построение в шеренгу. 3.Броски и ловля мяча на месте. 4.Игра «Два мороза»	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст-никами и взрослыми в раз-ных социальных ситуаци-ях, умений не создавать конфликты и находить вы-ходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
21 (48)	Эстафета с ведением мяча.	1	1.ОРУ с мячами. 2.Эстафета с ведением мяча.3.Игра «Охотники и утки».	Уметь правильно вести мяч в среднем темпе	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятель-ности и личной ответств-ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос-лыми в разных социаль-ных ситуациях, умений не создавать конфлик-ты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	

Тематическое планирование на III четверть Общее количество учебных часов на III четверть: 30 ч.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	Д/з	Дата проведения
Элементы баскетбола – 9 часов								
1 (49)	Стойка баскетболиста	1	1. Техника безопасности в 3 четверти. 2. ОРУ в движении. 3.Строевая подготовка: построение в колонну по одному, шеренгу 4.Стойка баскетболиста. 5. Игра «Салки»	Знать стойку баскетболиста	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять стойку баскетболиста, играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст-никами и взрослыми в раз-ных социальных ситуаци-ях, умений не создавать конфликты и находить вы-ходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	

2 (50)	Ведение мяча на месте.	1	1.ОРУ в движении. 2.Строевая подготовка. 3.Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять ведение мяча на месте	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
3 (51)	Ведение мяча на месте и в движении.	1	1.ОРУ в движении. 2.Строевая подготовка. 3.Ведение мяча на месте и в движении.	Уметь выполнять ведение мяча на месте и в движении	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
4 (52)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.Разновидности ходьбы и бега. 2.Строевая подготовка. 3.Броски и ловля мяча на месте.	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
5 (53)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.Разновидности ходьбы и бега. 2.Строевая подготовка. 3.Броски и ловля мяча на месте.	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	

6 (54)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.Разновидности ходьбы и бега. 2.Строевая подготовка: построение в шеренгу. 3.Броски и ловля мяча на месте. 4.Игра «Два мороза»	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах		
7 (55)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.ОРУ с мячами. 2. Броски и ловля мяча на месте. 3.Игра «Два мороза»	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах		
8 (56)	Эстафета с ведением мяча.	1	1.ОРУ с мячами. 2.Эстафета с ведением мяча. 3.Игра «Быстро по своим местам.	Уметь правильно вести мяч в среднем темпе	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах		
9 (57)	Эстафета с ведением мяча.	1	1.ОРУ с мячами. 2.Эстафета с ведением мяча. 3.Игра «Охотники и утки».	Уметь правильно вести мяч в среднем темпе	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах		
Игры с элементами баскетбола 10 часов									

10 (58)	Подвижная игра: «Попади в обруч».	1	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Ходьба на лыжах	
11 (59)	Подвижная игра: «Попади в обруч».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
12 (60)	Подвижная игра: «Попади в обруч».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
13 (61)	Подвижная игра: Игра «Передал – садись».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Ходьба на лыжах	

14 (62)	Подвижная игра: «Мяч соседу».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Ходьба на лыжах	
15 (63)	Подвижная игра: «Передача мяча в колоннах».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
16 (64)	Подвижная игра: «Передача мяча в колоннах».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
17 (65)	Подвижная игра: «Мяч в корзину».	1	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Ходьба на лыжах	

18 (66)	Подвижная игра: «Мяч в корзину».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах		
19 (67)	Подвижная игра: «Передал – садись».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Ходьба на лыжах		
Подвижные игры – 11 часов									
20 (68)	Подвижные игры «Гонка мячей».	1	1.ОРУ у гимнастической стенки. 2.Строевая подготовка: повороты «направо», «налево». 3.Игра «Гонка мячей».	Знать правила игры «Гонка мячей».	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах		
21 (69)	Подтягивание на перекладине. Игра «Гонка мячей».	1	1.ОРУ у гимнастической стенки. 2.Строевая подготовка. 3. Подтягивание на перекладине. 4. Игра «Гонка мячей».	1.Уметь подтягиваться на перекладине. 2.Знать правила игры «Гонка мячей».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах		

22 (70)	Сгибание рук в упоре лежа. Игра «Гонка мячей».	1	1.ОРУ у гимнастической стенки. 2.Строевая подготовка 3.Сгибание рук в упоре лежа. 4.Игра «Гонка мячей».	1.Правильно выполнять сгибание рук в упоре лежа. 2.Знать правила игры «Гонка мячей».	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
23 (71)	Челночный бег 3x10 м. Игра «Удочка».	1	1.ОРУ на гимнастических скамейках. 2.Строевая подготовка. 3.Челночный бег 3x10 м. 4. Игра «Удочка».	1.Челночный бег 3x10 м. 2.Знать правила игры «Удочка».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, ува-жать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познаватель-ные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничест-ва со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать кон-фликты и находить выхо-ды из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
24 (72)	Игра «Белые медведи».	1	1.ОРУ на гимнастических скамейках. 2.Строевая подготовка. 3.Игра «Белые медведи».	Знать правила игры «Белые медведи».	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфлик-ты и находить выходы из спорных ситуаций	Ходьба на лыжах	
25 (73)	Игра «Белые медведи».	1	1.ОРУ на гимнастических скамейках. 2.Строевая подготовка: перестроение из одной шеренги в две. 3. Игра «Белые медведи».	Знать правила игры «Белые медведи».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, ува-жать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познаватель-ные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничест-ва со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать кон-фликты и находить выхо-ды из спорных ситуаций	Подтягивание на перекладине	

26 (74)	Наклоны вперед, сидя на полу. Игра «Карлики и великаны»	1	1.ОРУ типа зарядки. 2.Строевая подготовка. 3.Наклоны вперед, сидя на полу. 4.Игра «Карлики и великаны».	1.Уметь выполнять наклоны вперед, сидя на полу. 2.Знать правила игры «Карлики и великаны».	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Сгибание рук в упоре лежа	
27 (75)	Прыжок в длину с места. Игра «Два мороза».	1	1.ОРУ типа зарядки. 2.Строевая подготовка. 3.Прыжок в длину с места. 4.Игра «Два мороза».	1.Уметь правильно выполнять прыжок в длину с места. 2.Знать правила игры «Два мороза».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, ува-жать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познаватель-ные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать кон-фликты и находить выхо-ды из спорных ситуаций	Поднимание туловища	
28 (76)	Игра «запрещенное движение»	1	1.ОРУ типа зарядки. 2.Строевая подготовка. 3.Игра «запрещенное движение»	Знать правила игры «запрещенное движение»	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Подтягивание на перекладине	
29 (77)	Игра «Охотники и утки»	1	1.ОРУ типа зарядки. 2.Строевая подготовка. 3.Игра «Охотники и утки»	1.Уметь правильно выполнять метание мяча в цель с 6 метров. 2.Знать правила игры «Охотники и утки»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, ува-жать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познаватель-ные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, развитие навыков сотруднич-ества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать кон-фликты и находить выхо-ды из спорных ситуаций	Подтягивание на перекладине	

30 (78)	Игра «Охотники и утки» Проведение игр, наиболее понравившихся детям.	1	1.ОРУ типа зарядки. 2.Строевая подготовка. 3. Игра «Охотники и утки» 4.Проведение игр, наиболее понравившихся детям. 5.Подведение итогов 3 четверти.	Знать правила ранее изученных игр	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Подтягивание на перекладине	
---------	--	---	---	-----------------------------------	--	---	-----------------------------	--

Тематическое планирование на IV четверть Общее количество учебных часов на IV четверть: 24 ч.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	Д/з	Дата проведения
Легкая атлетика – 5 часов								
1 (79)	Тестирование: Подтягивание на перекладине – мальчики, поднимание туловища – девочки.	1	1.Инструктаж по технике безопасности. 2.ОРУ типа зарядки. 3.Подтягивание на перекладине – мальчики, поднимание туловища – девочки. 4.Подвижные игры.	Уметь подтягиваться на перекладине –м, поднимание туловища –д.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Подтягивание на перекладине	
2 (80)	Прыжок в длину с места	1	1. ОРУ типа зарядки. 2.Строевая подготовка. 3. Прыжок в длину с места 4.Подвижные игры.	Уметь правильно выполнять прыжок в длину с места.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в дайну с места, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Комплекс ОРУ	
3 (81)	Метание мяча в вертикальную цель.	1	1.ОРУ 2. Метание мяча в вертикальную цель. 3.Игра «Салки – ноги от земли». 4.Подвижные игры.	Уметь правильно выполнять метание мяча в вертикальную цель.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Комплекс ОРУ Метание мяча	

4 (82)	Челночный бег 3x10 м	1	1. типа зарядки. 2.Строевая подготовка. 3. Челночный бег 3x10 м. 4.Подвижные игры. -«Мяч в цель»; - «Пустое место»; - «Попади в цель».	Уметь правильно выполнять челночный бег 3x10 м.	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости	Комплек-с ОРУ	
5 (83)	Метание мяча, сидя из-за головы	1	1.Перестроение. 2.ОРУ без предметов. 3. Отрабатывать технику прыжков в длину с места. 4. Учить метанию мяча, сидя из-за головы 5.Игра «Зайцы, сторож и Жучка».	Знать технику метания	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача-ми и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со-хранять заданную цель. Познавательные: проходить тестиро-вание метания малого мяча, сидя из-за головы, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательно-сти и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотруд-ничества со сверстниками и взрослыми в разных со-циальных ситуациях	Комплек-с ОРУ	

Элементы баскетбола – 5 часов

6 (84)	Ведение мяча на месте.	1	1.ОРУ в движении. 2.Строевая подготовка. 3.Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять ведение мяча на месте	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятель-ности и личной ответствен-ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли-вости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос-лыми в разных социаль-ных ситуациях, умений не создавать конфлик-ты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплек-с ОРУ	
6 (84)	Ведение мяча на месте.	1	1.ОРУ в движении. 2.Строевая подготовка. 3.Ведение мяча на месте.	Уметь выполнять ведение мяча на месте	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятель-ности и личной ответствен-ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли-вости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос-лыми в разных социаль-ных ситуациях, умений не создавать конфлик-ты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплек-с ОРУ	

7 (85)	Ведение мяча на месте и в движении.	1	1.ОРУ в движении. 2.Строевая подготовка. 3.Ведение мяча на месте и в движении.	Уметь выполнять ведение мяча на месте и в движении	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплек-с ОРУ Ведение мяча	
8 (86)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.Разновидности ходьбы и бега. 2.Строевая подготовка. 3.Броски и ловля мяча на месте.	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать тра-ектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить вы-ходы из спорных ситуаций	Комплек-с ОРУ	
9 (87)	Броски и ловля мяча на месте.	1	1.Разновидности ходьбы и бега. 2.Строевая подготовка: построение в шеренгу. 3.Броски и ловля мяча на месте. 4.Игра «Два мороза»	Уметь выполнять броски и ловлю мяча на месте	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать тра-ектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять передачи мяча на месте и в движении. Играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить вы-ходы из спорных ситуаций	Комплек-с ОРУ	
10 (88)	Эстафета с ведением мяча.	1	1.ОРУ с мячами. 2.Эстафета с ведением мяча. 3.Игра «Быстро по своим местам.	Уметь правильно вести мяч в среднем темпе	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфлик-ты и находить выходы из спорных ситуаций	Комплек-с ОРУ	

Игры с элементами баскетбола – 4 часа

11 (89)	Подвижная игра: «Попади в обруч».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскет-больные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст-никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Медлен- ный бег	
12 (90)	Подвижная игра: Игра «Передал – садись».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: обеспечивать бес-конфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре-одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру	Развитие самостоятельно-сти и личной ответствен-ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли-вости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос-лыми в разных социаль-ных ситуациях, умений не создавать конфлик-ты и находить выходы из спорных ситуаций	Медлен- ный бег	
13 (91)	Подвижная игра: «Мяч соседу».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Коммуникативные: слушать и слы-шать друг друга, находить общее решение практической задачи, ува-жать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выде-лять и формулировать познаватель-ные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательно-сти и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, развитие навыков сотру-дничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать кон-фликты и находить выхо-ды из спорных ситуаций	Медлен- ный бег	
14 (92)	Подвижные игры: «Передача мяча в колоннах», «Мяч в корзину».	1	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игры «Передача мяча в колоннах», «Мяч в корзину». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохра-нять заданную цель. Познавательные: выполнять баскет-больные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст-никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Медлен- ный бег	

15 (93)	Высокий старт	1	Инструктаж по технике безопасности. 1.ОРУ с малым мячом. 2.Упражнение «Великаны и гномы» в колонне. 3.Бег зигзагом по заданию учителя. 4.Разучить высокий старт. 5.Встречная эстафета с палочкой с этапом до15м.	Знать о положительном влиянии здорового образа жизни на здоровье, настроение, успехи в учёбе, в дальнейшей жизни.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Бег на скорость	
16 (94)	Бег 30м. с высокого старта.	1	1.ОРУ с малым мячом. 2. Бег 30м. с высокого старта. 3.Игра «Догони свою пару» Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь правильно выполнять основные движения в беге на 30 м.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Бег на скорость	
17 (95)	Челночный бег 3x10 м.	1	1.ОРУ с малым мячом. 2.Бег до 2-х мин. 3.Совершенствовать метание малого мяча. 3.Бросание набивного мяча. 4. Челночный бег 3x10 м. 5.Эстафета «Гонка мяча над головой».	Знать что такое ЗОЖ и его положительном влиянии на организм человека.	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	ОРУ с малым мячом.	

18 (96)	Метание мяча на дальность	1	1.ОРУ без предметов. Развитие выносливости. 2.Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. 3.Строевая подготовка. 4. Метание мяча на дальность. 4.Игра «Салки»	Уметь правильно выполнять метание мяча на дальность.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, со-хранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Силовые упражнения		
19 (97)	Прыжок в длину с разбега.	1	1.ОРУ без предметов. 2.Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. 3. Тест: - подтягивание (мальчики), - отжимание (девочки). 4.Медленный бег до 2-х минут. 5. Прыжок в длину с разбега. 6.Игра «Догони свою пару»	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; выполнять прыжок в длину с разбега	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	ОРУ без предметов		
20 (98)	Бег на дистанцию 1000 м.	1	1.ОРУ с малым мячом. 2.Равномерный бег 3 мин. 3.Принять контрольное упражнение – метание мяча на дальность. 4.Прыжки через скакалку. 5.Бег на 1000м. Развитие выносливости.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друга, друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения, пробегать дистанцию 1000 м. Играть в подвижные и спортивные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	ОРУ с малым мячом.		
Кроссовая подготовка – 4 часа									
21 (99)	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Медленный бег Подтягивание на перекладине		

22 (100)	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Медленный бег Сгибание рук в упоре лежа	
23 (101)	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Медленный бег Поднимание туловища	
24 (102)	Бег по пересеченной местности	1	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на средние и длинные дистанции. Играть в игру «Футбол».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Медленный бег	
ИТОГО -102 часа								