

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 2а класс

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Кол -во ча- сов	Дата проведения		Материальн о- техническое оснащение	Универсальные учебные действия (УУД)
			план	факт		
1.Знания о физической культуре – 1 час						
1	Информация о спорте как особом виде деятельности, появившемся в результате древних состязаний.	1	01.09		Компьютер, мультимедийный проектор	Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Коммуникативные: участвовать в диалоге на уроке Познавательные: отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе
3.Физическое совершенствование – 24 часа						
3.2. Спортивно-оздоровительная деятельность – 24 часа						
3.2.3. Подвижные и спортивные игры – 5 часов						
Игры на материале легкой атлетики – 3 часа						
2	Игры с бегом на развития скоростных способностей.	1	03.09		Свисток, скакалки, кегли	Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

						<p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>
3	Игры с прыжками на развитие скоростно-силовых способностей.	I	04.09		<i>Свисток, скакалки, кегли</i>	<p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>
4	Игры с метанием на дальность и точность.	I	08.09		<i>Свисток, эстафетные палочки</i>	<p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p>

						<p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>
Игры на материалегимнастики с основами акробатики – 2 часа						
5	Игровые задания с использованием строевых упражнений.	I	10.09			<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок</p> <p>Регулятивные: умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Коммуникативные: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками, в парах и группах, при разучивании упражнений.</p> <p>Познавательные: осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений</p>
6	Игровые задания с использованием, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.	I	11.09			<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок</p> <p>Регулятивные: умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации</p>

						<p>мест занятий.</p> <p>Коммуникативные: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Познавательные: осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений</p>
3.2.2. Легкая атлетика – 19 часов						
Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей – 3 часа						
7	Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различными положениями рук, коротким и средним шагом.	<i>I</i>	15.09		<i>Секундомер, флажки стойки, свисток, рулетка</i>	<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
8	Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом.	<i>I</i>	17.09		<i>Секундомер, флажки стойки, свисток, рулетка</i>	<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,</p>

						сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание Коммуникативные: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
9	Ходьба с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением 2-3 препятствий по разметкам.	1	18.09		<i>Секундомер, флажки стойки, свисток, рулетка</i>	Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание Коммуникативные: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей – 3 часа						
10	Обычный бег, бег с изменением направления движения, коротким, средним и длинным шагом. <i>Подготовка к выполнению видов тестов</i>	1	22.09		<i>Флажки, стойки, свисток, рулетка.</i>	Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать

	<i>предусмотренных ГТО: бег на 30 м (с).</i>					<p>технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
<i>11</i>	Обычный бег в чередовании с ходьбой до 150 м, с преодолением препятствий.	<i>1</i>	24.09		<i>Рулетка, набивные мячи, свисток,</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
<i>12</i>	Бег с ускорением от 10 до 20 м. Равномерный, медленный до 3-4 мин. <i>Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО: чел-</i>	<i>1</i>	25.09		<i>Свисток, гимнастические скакалки</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать</p>

	<i>ночный бег 3x10 м (с).</i>					<p>технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
<i>Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей – 6 часов</i>						
13	Прыжки на одной и на двух ногах на месте, с поворотом на 90 ⁰ , с продвижением вперед.	1	29.09		<i>Свисток, гимнастические скалки, веревки</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
14	Прыжки в длину с места, с высоты до 30 см, с разбега с приземлением на обе ноги. <i>Подготовка к выполнению видов тес-</i>	1	01.10		<i>Гимнастические скалки, мячи</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять</p>

	<i>тов предусмотренных ГТО :прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см).</i>					<p>задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
15	Прыжки в длину с разбега и отталкивания одной ногой через плоские препятствия, через набивные мячи, веревочку.	1	02.10		<i>Гимнастические скакалки, флажки разные.</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
16	Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега.	1	06.10		<i>Гимнастические скакалки длинные, мячи разные.</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять</p>

						<p>задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
17	Прыжки в высоту с места и с разбега с доставкой подвешенных предметов.	I	08.10		<i>Гимнастические скакалки длинные, мячи разные.</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
18	Игры с прыжками с использованием скакалки. Преодоление препятствий.	I	09.10		<i>Гимнастические скакалки длинные, мячи разные.</i>	<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные: умение характеризовать, выполнять</p>

						<p>задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные: умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей – 7 часов						
19	Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания.	I	13.10		Свисток, гимнастические скакалки, веревки, набивные мячи	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
20	Метание малого мяча на заданное расстояние, в горизонтальную цель с расстояния 3-4 м. Подготовка к выполнению ви-	I	15.10		Малые мячи, свисток	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение планировать собственную</p>

	<i>дов тестов предусмотренных ГТО: метание теннисного мяча в цель, дистанция 3-4м (количество раз).</i>					<p>деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
21	Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперед-вверх, из положения стоя ноги на ширине плеч, грудью в направлении метания.	I	16.10		<i>Малые мячи, свисток</i>	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
22	Бросок набивного мяча (0,5 кг) на дальность.	I	20.10		<i>Малые мячи, свисток</i>	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p>

						<p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
23	Метание малого мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние, в горизонтальную и вертикальную цель (2х2) с расстояния 4-5 м.	I	22.10		<i>Малые мячи, свисток</i>	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
2. Способы физкультурной деятельности – I						
24	Связь физической культуры с укреплением здоровья и влияние на развитие человека	I	23.10			<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).</p> <p>Регулятивные: формирование умения выполнять</p>

						<p>задание в соответствии с целью.</p> <p>Коммуникативные: умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.</p> <p>Познавательные: осмысление самостоятельного выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий.</p>
1.Знания о физической культуре – 1 час						
25	Игра «Проверь себя» на усвоение правил здорового образа жизни.				<i>Компьютер, мультимедийный проектор</i>	<p>Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературы</p>
26	Метание мяча в вертикальную (2х2м) цель с расстояния 4-5 м.	<i>I</i>	23.10		<i>Мячи разные.</i>	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной</p>

						терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений
27	Метание мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания. <i>Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО : метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз).</i>	1			<i>Мячи разные.</i>	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений

1.Знания о физической культуре – 1час

28	Правила личной гигиены.	1			<i>Мультимедийный компьютер</i>	Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Коммуникативные: участие в диалоге на уроке Познавательные: ответы на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе
----	-------------------------	---	--	--	---------------------------------	---

3.Физическое совершенствование – 18 часов

3.2. Спортивно-оздоровительная деятельность – 18 часов

3.2.2. Гимнастика с основами акробатики – 17 часов

Освоение строевых упражнений – 2 часа

29	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам, размыкание на вытянутые в стороны руки, повороты.	<i>1</i>			Скамейки	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок</p> <p>Регулятивные: Формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений</p> <p>Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений.</p>
30	Перестроение из колонны по одному в колонну подва, из одной шеренги в две. Передвижение. <i>Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО :наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на полу.</i>	<i>1</i>			Скамейки гимнастические	<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок</p> <p>Регулятивные: формирование умения выполнять задание в соответствии с поставленной целью.</p> <p>Коммуникативные: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений</p> <p>Познавательные: осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением организующих упражнений.</p>

Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей – 5 часов

31	Группировка. Перекаты	<i>1</i>			Гимнастиче-	Личностные: формирование и проявление
----	-----------------------	----------	--	--	-------------	--

	в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.				ские маты, стенка, скамейка, перекладина гимнастическая	положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
32	Кувырки вперед и назад. Кувырок в сторону. <i>Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО:наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на полу.</i>	1			Гимнастические маты, стен скамейки	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
33	Стойка, на лопатках	1			Гимнастиче-	Личностные: формирование и проявление

	согнув ноги. Из стойки, на лопатках согнув ноги пережат вперед в упор присев.				ские маты	положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
34	Кувырок вперед. Упоры; седы.	1			Гимнастические маты	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
35	Вольные упражнения	1			Малые	Личностные: формирование и проявление

	на 16 счетов из освоенных элементов.				флажки, гимнастические маты.	положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
Освоение навыков лазания и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильной осанки – 2 часа						
36	Лазанье по гимнастической стенке и канату. Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз) – девочки, подтягивание в висе – мальчики.	1			Перекладины, лестницы, маты, скакалки.	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.

37	Преодоление полосы препятствий с элементами перелезания, переползания через горку матов и гимнастическую скамейку.	I			Перекладины, лестницы, маты	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.</p>
----	--	---	--	--	-----------------------------	--

Освоение навыков равновесия – 3 часа

38	Стойка на носках, на одной ноге; ходьба по гимнастической скамейке; перешагивание через мячи.	I			Перекладины, лестницы, маты	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических</p>
----	---	---	--	--	-----------------------------	--

					упражнений, комбинаций.
39	Ходьба по гимнастической скамейке, повороты на 90 градусов, ходьба по рейке гимнастической скамейки.	1		Перекладины, лестницы, маты перекладина гимнастическая	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.</p>
40	Стойка на гимнастическом бревне на одной и двух ногах, повороты кругом стоя и при ходьбе.	1		Гимнастические маты, скамейки, набивные мячи, скакалки.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических</p>

						упражнений, комбинаций.
Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей – 4 часа						
41	Упражнения в висе спиной к гимнастической стенке. <i>Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО:поднимание согнутых и прямых ног.</i>	1			Гимнастические маты, скамейки, бревно, палки.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.</p>
42	Упражнения в висе спиной к гимнастической стенке, поднимание согнутых и прямых ног.	1			Гимнастические маты, палки, скамейки, набивные мячи, бревно, перекладина гимнастическая	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при</p>

						выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
43	Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях.	<i>1</i>			Гимнастические скамейки, гимнастическая стенка, маты	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.</p>
44	Комплекс вольных упражнений.	<i>1</i>			Гимнастические маты, гимнастические скакалки, перекладина гимнастическая	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при</p>

					выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.
Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей– 1 час					
45	Перелезания через гимнастического коня, прыжки в упор на гимнастического козла.	1		Гимнастические маты, козёл	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>Коммуникативные: умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Познавательные: осмысление правил безопасности (что можно делать и что опасно делать) при выполнении акробатических, гимнастических упражнений, комбинаций.</p>
2. Способы физкультурной деятельности – 1 час					
46	Измерение роста, массы тела, окружности грудной клетки, плеча и силы мышц.	1		<i>Весы, ростомер, эспандер.</i>	<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своими показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).</p> <p>Регулятивные: формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.</p> <p>Коммуникативные: умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.</p>

						Познавательные: осмысление самостоятельного выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий.
3.Физическое совершенствование – 1 час						
3.2. Спортивно-оздоровительная деятельность – 1 час						
3.2.3. Подвижные и спортивные и игры – 1 час						
На материале гимнастики с основами акробатики – 1 час						
47	Игровые задания с использованием строевых упражнений.	1				<p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей</p> <p>Регулятивные: определять наиболее эффективные способы достижения результата</p> <p>Коммуникативные: формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.</p> <p>Познавательные: моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации</p>
1.Знания о физической культуре – 1час						
48	Роль органов зрения и слуха во время движений и передвижений человека.	1			<i>Мультимедийный компьютер</i>	<p>Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: участие в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: ответы на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и</p>

						дополнительной литератур
1.Знания о физической культуре – 1 час						
49	Укрепление здоровья человека средствами закаливания.	1			<i>Таблицы, схемы, слайды. Мультимедийный компьютер</i>	<p>Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литератур</p>
3.Физическое совершенствование – 27 часов						
3.2. Спортивно-оздоровительная деятельность – 27 часов						
<i>3.2.3.Подвижные и спортивные игры - 27 часов</i>						
<i>На материале гимнастики с основами акробатики – 2 часа</i>						
50	Игровые задания с использованием строевых упражнений.	1			Мячи: маленькие, волейбольные.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения</p>

						разучиваемых заданий и упражнений.
51	Игровые задания с использованием упражнений на внимание, силу.	1			Мячи: баскетбольные, стойки	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
<i>На материале легкой атлетики – 2 часа</i>						
52	Подвижные игры с бегом, прыжками. Эстафеты.	1			Мячи: баскетбольные, стойки	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p>

						Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
53	Игры с использованием элементов метания на дальность и точность.	1			Мячи баскетбольные, стойки	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
На материале спортивных игр – 20 часов						
Футбол – 6 часов						
54	Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Ведение мяча индивидуально.	1			Мячи: футбольные стойки	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.

						Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
55	Остановка футбольного мяча. Работа в парах.	<i>1</i>			Мячи: футбольные стойки	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
56	Ведение футбольного мяча в парах, стоя на месте.	<i>1</i>			Мячи волейбольные, свисток, обручи.	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.

57	Ведение футбольного мяча в парах, в шаге, на скорость.	<i>1</i>			Мячи волейбольные, свисток, обручи.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
58	Подвижная игра на материале футбола. «Мяч водящему».	<i>1</i>			Мячи волейбольные, свисток, обручи.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>

59	Подвижная игра на материале футбола. «Попади в обруч».	I			Мячи волейбольные, свисток, обручи.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений..</p>
----	--	---	--	--	-------------------------------------	--

Баскетбол - 9

60	Специальные передвижения без мяча. Ловля, передачи и броски на месте.	I			Мячи баскетбольные, свисток, обручи.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
----	---	---	--	--	--------------------------------------	---

61	Специальные передвижения с мячом. Ловля, передачи и броски в движении.	1			Мячи футбольные, свисток, обручи.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
62	Ведение мяч, броски в корзину, в щит правой и левой рукой.	1			Мячи: маленькие, баскетбольные., обручи, стойки	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>

63	Ведение мяча правой и левой рукой шагом. Ловля и передачи мяча в парах в движении.	I			Мячи: баскетбольные., обручи, стойки.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
64	Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Ловля и передачи мяча в парах в движении.	I			Мячи: баскетбольные., обручи, стойки.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>

65	Ведение мяча правой и левой рукой по прямой бегом. Ловля и передачи мяча в парах в движении.	1			Мячи: баскетбольные., обручи, стойки, гимнастические скакалки.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
66	Подвижные игры на материале баскетбола: «Мяч в корзину».	1			Мячи волейбольные, стойки.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
67	Подвижные игры на материале	1			Мячи волейбольные,	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности,</p>

	баскетбола: «Не теряй мяч».				стойки.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
68	Игра в мини баскетбол.	<i>1</i>			Мячи волейбольные, стойки.	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
Волейбол - 8 часов						
69	Подбрасывание и передачи мяча на месте, работая в	<i>1</i>			Мячи разные, стойки, гимнастиче-	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в

	парах.				ские обручи.	<p>достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
70	Подача мяча. Броски в цель (обруч).	1			Мячи разные, стойки	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений..</p>
71	Приемы и передачи мяча стоя на месте и в движении.	1			Мячи разные, стойки.	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выпол-</p>

						<p>нять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
72	Приемы и передачи мяча стоя на месте и в движении. Подбрасывание мяча над собой.	<i>1</i>			<p>Мячи малые, флажки, гимнастические скамейки.</p>	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
73	Подвижные игры на материале волейбола: «У кого меньше мячей».	<i>1</i>			<p>Мячи малые, флажки, гимнастические скамейки, скакалки.</p>	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p>

						ности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
74	Подвижные игры на материале волейбола: «Играй, играй, мяч не теряй».	1			Мячи малые, флажки, гимнастические скамейки, скакалки.	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
75	Подвижные игры на материале волейбола: «Школа мяча».	1			Мячи малые, флажки, гимнастические скамейки, скакалки.	Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и

						<p>точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
76	Игра в пионербол.	<i>1</i>			<p>Мячи малые, флажки, гимнастические скамейки, скакалки.</p>	<p>Личностные: формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные: умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p> <p>Коммуникативные: умение с достаточной полнотой и точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
2. Способы физкультурной деятельности – 1 час						
77	Организация и проведение подвижных игр.	<i>1</i>			<p>Наглядный инвентарь</p>	<p>Личностные: формирование навыка систематического наблюдения за своими, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).</p> <p>Регулятивные: формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.</p> <p>Коммуникативные: умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.</p> <p>Познавательные: осмысление</p>

						самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий.
--	--	--	--	--	--	--

1.Знания о физической культуре – 1 час

78	Правила проведения закаливающих процедур. Игра «Проверь себя» на усвоение правил закаливания.	1			<i>Таблицы, схемы, слайды. Мультимедийный компьютер</i>	<p>Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литератур</p>
----	---	---	--	--	---	---

1.Знания о физической культуре – 1 час

79	Питьевой режим при занятиях физическими упражнениями во время тренировок и туристических походов.	1			<i>Таблицы, схемы, слайды. Мультимедийный компьютер</i>	<p>Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска</p>
----	---	---	--	--	---	---

						<p>средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературы</p>
2.Способы физкультурной деятельности – 1 час						
80	Проведение оздоровительных занятий в режиме дня.	1				<p>Личностные - формирование навыка систематического наблюдения за своими, показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).</p> <p>Регулятивные - формирование умения выполнять задание в соответствии с целью.</p> <p>Коммуникативные - умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.</p> <p>Познавательные - осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий.</p>
3.Физическое совершенствование – 20 часов						
3.2. Спортивно-оздоровительная деятельность – 20 часов						
3.2.3. Подвижные и спортивные игры - 2 часа						
Игры на материале легкой атлетики – 2 часа						
81	Игры на закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей. Подготовка к выполнению видов тестов предусмотр-	1			Свисток, скакалки, кегли	<p>Познавательные - осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p> <p>Регулятивные - умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные- умение управлять эмоциями при обще-</p>

	<i>ренных ГТО:наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на полу.</i>					нии со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Личностные- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
82	Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей.	1			Свисток, скакалки, кегли	Познавательные –осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Личностные –развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
3.2.2. Легкая атлетика – 18 часов						
Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей – 3 часа						
83	Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различными положениями рук, под счет учителя. Ходьба коротким и средним шагом.	1			Секундомер, флажки стойки, свисток, рулетка	Личностные – формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные – умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание Коммуникативные – формирование способов позитивного

						<p>взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные – осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
84	<p>Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом.</p> <p>Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО: челночный бег 3x10 м (с).</p>	1			<p><i>Секундомер, флажки стойки, свисток, рулетка</i></p>	<p>Личностные – формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные – умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные – формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные – осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
85	<p>Ходьба с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением 2-3 препятствий по разметкам.</p>	1			<p><i>Секундомер, флажки стойки, свисток, рулетка</i></p>	<p>Личностные – формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные – умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные – формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные – осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>

Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей – 3 часа

86	Обычный бег, с изменением направления движения по указанию учителя. Бег коротким, средним и длинным шагом.	1			Флажки, стойки, свисток, рулетка.	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
87	Обычный бег в чередовании с ходьбой до 150 м, с преодолением препятствий. Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО: бег на 30м (с).	1			Рулетка, набивные мячи, свисток,	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные – осмысление техники выполнения</p>

						разучиваемых заданий и упражнений.
88	Бег с ускорением от 10 до 20 м. Равномерный, медленный бег до 3-4 мин, кросс по слабопересеченной местности.	1			Свисток, гимнастические скакалки	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей – 6 часов						
89	Прыжки на одной и на двух ногах на месте, с поворотом на 90°, с продвижением вперед.	1			Свисток, гимнастические скакалки, веревки	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p>

						Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
90	Прыжки в длину с места, с высоты 30-40 см, с разбега с приземлением на обе ноги.	1			Гимнастические скакалки, мячи	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
91	Прыжки в длину с разбега и отталкивания одной ногой через плоские препятствия, через набивные мячи, веревочку. Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО: прыжок в длину с места	1			Гимнастические скакалки, флажки разные.	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p>

	<i>толчком двумя ногами (см).</i>					Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
92	Прыжков высоту с 4-5 шагов разбега с доставанием подвешенных предметов.	1			<i>Гимнастические скакалки длинные, мячи разные.</i>	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
93	Прыжки через длинную вращающуюся и короткую скакалку. Многообразные прыжки (от 3 до 8 прыжков).	1			<i>Гимнастические скакалки длинные, мячи разные.</i>	<p>Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p>

						Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
94	Преодоление естественных препятствий. <i>Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО :прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см).</i>	1			<i>Гимнастические скакалки длинные, мячи разные.</i>	Личностные – развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Регулятивные – умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Коммуникативные – умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.
Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей – 6 часов						
95	Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания.	1			<i>Свисток, гимнастические скакалки, веревки, набивные мячи</i>	Личностные – формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные – умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения Коммуникативные – умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений

96	<p>Метание мяча в горизонтальную цель с расстояния 3-4 м. Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО: метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз).</p>	1			<p><i>Малые мячи, свисток</i></p>	<p>Личностные – формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные – умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения Коммуникативные – умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
97	<p>Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперед-вверх, из положения стоя ноги на ширине плеч, грудью в направлении метания; на дальность. Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО: смешанное передвижение (1 км).</p>	1			<p><i>Малые мячи, свисток</i></p>	<p>Личностные – формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Регулятивные – умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения Коммуникативные – умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные- о техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
98	<p>Метание малого мяча с места, из положения, стоя</p>	1			<p><i>Малые мячи, свисток</i></p>	<p>Личностные – формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>

	грудью в направлении на дальность и заданное расстояние (2x2) с расстояния 4-5 м, на дальность отскока от пола и от стены.					<p>Регулятивные – умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные – умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
99	Метание мяча в вертикальную цель с расстояния 4-5 м.	1			<i>Мячи разные.</i>	<p>Личностные – формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные – умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные – умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные – осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>
100	Броски набивного мяча снизу из положения, стоя и сидя из-за головы Подготовка к выполнению видов тестов предусмотренных ГТО : смешанное	1			<i>Мячи разные.</i>	<p>Личностные – формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p> <p>Регулятивные – умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения</p> <p>Коммуникативные – умение с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p>

	<i>передвижение (1 км).</i>					Познавательные Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений
3.1. Физкультурно-оздоровительная деятельность – 1 час						
101	Комплексы физических упражнений для зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушения осанки.	1			Стойки, свисток, эстафетные палочки	Личностные- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). Регулятивные - формирование умения выполнять задание в соответствии с целью. Коммуникативные - умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий. Познавательные - осмысление самостоятельного выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий.
1.Знания о физической культуре – 1 час						
102	Вещества, которые человек получает вместе с пищей, необходимые для роста и развития организма и для пополнения затраченной энергии	1			Таблицы, схемы, слайды. Мультимедийный компьютер	Личностные: формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы Регулятивные: овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Коммуникативные: участвовать в диалоге на уроке Познавательные: отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литератур

