

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к учебникам В.Я. Барышникова, А.И. Белоусова
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1—4 КЛАССЫ

*Соответствует
Федеральному государственному
образовательному стандарту*

Москва
«Русское слово»
2012

УДК 372.016:502*01/04(073)

ББК 74.261

P13

Авторы-составители *Е.С. Воробьева, Т.В. Андрюхина*

Р13 **Рабочая** программа: к учебникам В.Я. Барышникова, А.И. Белоусова «Физическая культура». 1—4 классы / авт.-сост. Е.С. Воробьева, Т.В. Андрюхина. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2012. — 104 с.

ISBN 978-5-91218-271-6

Рабочая программа к учебникам «Физическая культура» раскрывает требования к уровню подготовки учащихся по данному предмету с 1 по 4 класс.

Создана с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта, Примерных программ Министерства образования и науки Российской Федерации.

Предназначена для учителей, работающих по учебникам В.Я. Барышникова, А.И. Белоусова «Физическая культура» для 1—4 классов.

УДК 372.016:502*01/04(073)

ББК 74.261

ISBN 978-5-91218-271-6

© Е.С. Воробьева, автор-составитель, 2012

© Т.В. Андрюхина, автор-составитель, 2012

© ООО «Русское слово — учебник», 2012

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с Законом РФ «Об образовании», требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373.

В соответствии со структурой двигательной деятельности учебный предмет «Физическая культура» структурируется по трем основным разделам: «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека» (информационный и мотивационный компоненты деятельности), «Физкультурно-оздоровительная деятельность» (процессуальный компонент деятельности), «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера» (операциональный компонент деятельности).

Содержание программы учебного предмета «Физическая культура» ориентировано на обеспечение физического и психологического благополучия, охрану и укрепление здоровья учащихся, деятельностный характер обучения и развития личности ребенка, формирование у школьников сознательного волевого контроля над двигательной деятельностью, активное участие родителей и педагогов дополнительного образования в физическом воспитании детей и создании условий, способствующих формированию физически развитой, социально и психологически здоровой личности.

Особенностью программы является расширение содержания раздела «Физкультурно-оздоровительная деятельность» и увеличение объема учебного времени, отводимого на его освоение, что обусловлено необходимостью комплексного подхода к решению проблемы сохранения и укрепления здоровья учащихся и акцентуализацией физического воспитания на формирование ценностного и ответственного отношения школьников к своему здоровью и физическому развитию. С целью повышения мотивации при обучении двигательным действиям предлагается использование оздоровительно-развивающих и сюжетно-ролевых игр.

В раздел «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера» включен блок «Туристическая подготовка», нацеленный на формирование навыков самообслуживания и безопасного поведения учащихся во время отдыха на природе, при проведении досуговых мероприятий и туристических походов. Содержание традиционного компонента физического воспитания «Лыжная подготовка» дополнено факультативным тематическим блоком «Конькобежная подготовка», что позволяет варьировать содержание учебного материала и планировать учебные занятия с учетом имеющихся в образовательном учреждении условий осуществления учебно-воспитательного процесса. Конькобежная подготовка может являться самостоятельным тематическим блоком программы при отсутствии у образовательного учреждения возможности реализации лыжной подготовки или осуществляться дополнительно к лыжной подготовке, для того чтобы расширить содержание учебного материала.

В зависимости от условий и ресурсов образовательного учреждения возможна корректировка распределения учебного времени, содержательного наполнения и последовательности тематических блоков программы.

Место предмета в базисном учебном плане

Данная рабочая программа рассчитана на 408 часов для обязательного изучения учебного предмета «Физическая культура» на этапе начального общего образования, из расчета 3 часа в неделю в 1, 2, 3 и 4 классах.

Планируемые результаты освоения содержания по физической культуре

Требования к достижениям обучающихся, освоивших основную образовательную программу начального общего образования по физической культуре, представлены **личностными** результатами, включающими готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся; **метапредметными** результатами, обеспечивающими овладение обучающимися межпредметных понятий и универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных и коммуникативных), составляющих основу умения учиться; **предметными** результатами, включающими освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для физической культуры деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

Раздел «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека»

Учащийся должен уметь:

- характеризовать способы и особенности движений и передвижений человека;
- понимать и кратко характеризовать значение основных систем органов человека, роль биологических и психических процессов в осуществлении двигательных актов;
- выявлять и раскрывать зависимость между двигательной активностью и состоянием здоровья человека;
- выявлять и раскрывать связь занятий физической культурой с интеллектуальной, трудовой и оборонной деятельностью;
- различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость);
- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;
- характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливающих процедур, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья и развития основных систем организма;
- ориентироваться в понятиях «физическое развитие», «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- раскрывать на примерах из истории, в том числе из истории физической культуры и спорта (или из личного опыта), положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие человека, связь физических упражнений с хозяйственной деятельностью человека;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила безопасного поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями, бережно относиться к спортивному оборудованию и инвентарю;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- различать и кратко характеризовать направления деятельности спортивных объединений и организаций (по видам спорта).

Раздел «Физкультурно-оздоровительная деятельность»

Учащийся должен уметь:

- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;
- планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности;
- отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток, самостоятельно выполнять физические упражнения и оздоровительные процедуры, моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств;
- общаться и взаимодействовать в игровой деятельности, организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности, использовать в этих целях спортивный инвентарь и оборудование;
- измерять индивидуальные показатели физического развития и развития физических качеств, вести систематические наблюдения за их динамикой;
- оценивать свое состояние (ощущения) после выполнения физических упражнений, оздоровительных и закалывающих процедур;
- измерять (пальпаторно) частоту сердечных сокращений, контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств;
- выполнять упражнения по профилактике и коррекции нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие систем дыхания и кровообращения;
- определять и корректировать состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма и оказания первой помощи, соблюдать правила безопасного поведения и предупреждения травматизма, выполнять простейшие приемы оказания первой помощи при травмах.

Раздел «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера»

Учащийся должен уметь:

- владеть жизненно важными двигательными навыками и умениями, необходимыми для жизнедеятельности каждого человека, в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- различать и выполнять организующие строевые команды и приемы, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- владеть техникой выполнения акробатических и гимнастических упражнений, выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- выполнять легкоатлетические упражнения (беговые и прыжковые упражнения, метания и броски мяча разного веса и объема);
- владеть техникой базовых способов передвижения на лыжах и коньках (в снежных районах России);
- выполнять технические действия в воде, плавать простейшими способами;
- владеть приемами самообслуживания во время прогулок и туристических походов, применять приемы ориентирования на местности при передвижении по маршруту и в пеших прогулках;
- владеть навыком передвижения на местности и простейшими приемами преодоления естественных препятствий;

- выполнять элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол, владеть навыками организации и проведения подвижных и спортивных игр, осуществлять их объективное судейство, основанное на принципах фэйр плей (*уважение к сопернику, уважение к правилам и решениям судей, равные шансы, самоконтроль*);
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Педагогическое обеспечение учебного процесса

К необходимым элементам учебно-методического и информационного обеспечения учебного процесса относятся: учебник, программа курса и рабочая программа.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Раздел «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека»								
Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>Движение – основа жизни и здоровья человека</i> Понятие о физической культуре	2	Изучение нового материала	Формировать представление о жизненно важных видах движений человека, основных способах передвижения человека: ходьбе, беге, прыжках, метании, лазанье, ползании, плавании, о физической культуре человека и ее элементах	Движение, ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье, ползание, плавание, физическая культура	Понимать и кратко характеризовать способности и особенности движения и передвижений человека. Выявлять различия в основных способах передвижения человека; Выявлять зависимость между двигательной активностью и состоянием здоровья человека	Регулятивные: • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • анализировать и объективно оценивать свои действия, соотносить полученные результаты с требованиями поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • умение отвечать за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия и детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • учебно-познавательный интерес к новому материалу и способам решения новой задачи; • самонализ и самоконтроль результата, анализ соответствия

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
						<p>измерения и фиксировать их результаты;</p> <ul style="list-style-type: none"> осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<p>результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников, родителей и других людей;</p> <ul style="list-style-type: none"> установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоенной учебной материала; формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; ориентация в социальном и составляющих здоровую образ жизни 		
Теоретический материал: 1–102 уроки	История развития физической культуры	1	Изучение нового материала	Раскрыть значение физической культуры в истории, показать связь физических упражнений с хозяйственной деятельностью человека	Физические упражнения	<p>Пересказывать тексты по истории физической культуры.</p> <p>Показывать связь физических упражнений с хозяйственной деятельностью человека</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; анализировать и объективно оценивать свои действия; адекватно воспринимать оценки учителей, предложений одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок. 	<ul style="list-style-type: none"> Формирование ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе к физической культуре и спорту; формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, 	

	<i>культуры и спорта</i>	1	Изучение нового материала	Дать общее представление о физическом развитии и физических качествах человека	Охарактеризовать основные физические качества:	Физическое развитие, физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие	Характеризовать показатели физического развития и физической подготовки	Характеризовать основные физические качества	Познавательные: • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия	спортивных традиций народов, национальных героев и выдающихся спортсменов России, своего края, своего народа; • развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; • ориентация в содержании и составляющих здорового образа жизни; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала	спортивных традиций народов, национальных героев и выдающихся спортсменов России, своего края, своего народа; • развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; • ориентация в содержании и составляющих здорового образа жизни; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала	Регулятивные: • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • анализировать и объективно оценивать свои действия, соотносить полученные результаты с требованиями поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей,	Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки;
--	--------------------------	---	---------------------------	--	--	---	---	--	---	---	---	---	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
	<i>физические качества века</i>			силу, быстроту, выносливость, гибкость, равновесие	человека: силу, быстроту, выносливость, гибкость, равновесие	предложения одноклассников, родителей и других людей; <ul style="list-style-type: none"> корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результат с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: <ul style="list-style-type: none"> овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения суждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты; осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. Коммуникативные: <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, 	<ul style="list-style-type: none"> нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками и детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; учебно-познавательный интерес к новому материалу и способам решения новой задачи; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников, родителей и других людей; установка на активную деятельность в процессе постановки и решения новой задачи; 		

									находить с ними общий язык и общие интересы;	<ul style="list-style-type: none"> • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<ul style="list-style-type: none"> • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • ориентация в социальной обстановке и составляющих здорового образа жизни
Раздел «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека»											
Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>Основы охраны здоровья</i>	10	Изучение нового материала	<p>Формировать представление о предупреждении травматизма во время занятий физическими упражнениями. Познакомить с организацией мест занятий, подбором одежды, обуви и инвентаря, соблюдением техники безопасности. Учить координации движений и группировке при падении. Научить выполнять упражнения на развитие произвольного внимания и координацию движений. Научить пра-</p>	<p>Техника безопасности, ушиб, вывих, перелом, ранение, ожог, обморожение</p>	<p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Определять ситуацию, требующие применения правил предупреждения травматизма и оказания первой помощи. Осваивать навыки оказания первой помощи при травмах</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. 	<ul style="list-style-type: none"> • Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самонализ и самоконтроль результата, анализ соответствия 			
	<i>Оздоровительные формы занятий</i>										
	<i>Развитие физических качеств</i>										
	<i>Профилактика травматизма</i>										

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				<p>вилам оказания первой помощи при травмах: ушибах, вывихах, переломах, ранениях.</p> <p>Учить правила оказания первой помощи при ожогах и обморожениях.</p> <p>Познакомить с измерением показателей физического развития и физической подготовленности</p>		<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<p>результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников, родителей и других людей;</p> <ul style="list-style-type: none"> установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 		
Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>Измерение параметров физической подготовки</i>	2	Изучение нового материала	<p>Научить измерять длину и массу тела, показатели сформированности осанки и развития физических качеств.</p> <p>Научить контролировать физическую</p>	<p>Длина тела, масса тела, осанка, физическая нагрузка, физическое состояние, частота</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать 	<p>Измерять индивидуальные показатели физического развития и развития физических качеств.</p> <p>Измерять частоту сердечных сокращений</p>	<ul style="list-style-type: none"> Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной 	

	товленности				нагрузку по показателям физического состояния. Познакомить с техникой измерения частоты сердечных сокращений	сердечных сокращений			правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; <ul style="list-style-type: none"> • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. Коммуникативные: <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	и спортивной деятельности; <ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результата, анализ особенностей результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников, родителей и других людей; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	
Теоретический материал: 1 – 102 уроки	Подвижные игры	2			Разучить подвижные игры для организации и проведения на спортивных площадках и в спортивных залах	Подвижные игры, спортивная площадка, спортивный зал	Организовать и проводить подвижные игры (на спортивных площадках и в спортивных залах)	Регулятивные: <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных 	<ul style="list-style-type: none"> • Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе 		

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
						<p>результатов требованиям поставленной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействовать о распределении функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<p>в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки;</p> <ul style="list-style-type: none"> • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников, родителей и других людей; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности 		

Раздел «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера»

1–12, 95– 102	Легкая атлетика <i>Беговая подготовка</i>	20	Комплексный	Учить беговым упражнениям: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений, с разным положением рук; челночному бегу; высокому старту с последующим ускорением	Бег, прыжки в длину и в высоту с места, метание, большой (баскетбольный) мяч	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений; осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила техники	Регулятивные: • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: • овладевать различными способами решения поставленной задачи. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы;	• Формирование ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе к физической культуре и спорту; • интерес к важным спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ особенностей результатов выполнения требований конкурентной задачи; • установка на активную деятельность
	<i>Прыжковая подготовка</i>			Учить прыжковым упражнениям: на одной ноге и двух ногах на месте, с поворотами вправо и влево, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места				
	<i>Броски и метания мяча</i>			Обучить техническим приемам бросков большого мяча: броски большого (баскетбольного)				

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				<p>мяча вверх одной и двумя руками, на дальность различными способами; передача мяча в парах с отскоком от земли</p>	<p>безопасности при выполнении беговых упражнений. Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия 	<p>в решении поставленной задачи и освоенной учебной материале;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 		

28— 48	Гимнастика с основами акробатики	21	Комплексный	Формировать представления о движении и передвижении строем. Выполнять строевые	Названия снарядов и гимнастических элементов, пратов, прато вила	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Ша-«Вольно!», «Шагом марш!»,	<p>проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Описывать технику бросков большого набивного мяча.</p> <p>Осваивать технику бросков большого мяча.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого набивного мяча</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе к физической культуре и спорту;
-----------	---	----	-------------	---	---	--	--	--	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
	<i>Организуемые команды и приемы</i>			команды: («Смирно!», «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте!», «Стой!», «Направо!», «Кругом!»). Обучить строевому шагу, шагу на месте, переходить с шага на месте	«На месте!», «Равняйся!», «Стой!», «Направо!», «Кругом!». Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и комбинаций. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост	нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: • овладевать различными способами решения поставленной задачи. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия;	• развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего подразделения пункта; • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала;	
	<i>Акробатические упражнения</i>			Обучить упорам (присев, лежа, стоя, на коленях, согнувшись); сед (на пятках, с наклоном, углом); упражнения в группах; пируэты; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост	Взаимодействовать в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост	нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: • овладевать различными способами решения поставленной задачи. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия;	• развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего подразделения пункта; • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала;	
	<i>Снарядная</i>			Обучить упражнениям	Осваивать технику гимнастических упражнений на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост	нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: • овладевать различными способами решения поставленной задачи. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия;	• развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего подразделения пункта; • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала;	

	<p>гимнастика</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера</p>		<p>на низкой гимнастической перекладине: висы (стоя, лежа, лежа спиной), перемахи</p> <p>Познакомить с передвижениями по гимнастической стенке вверх, вниз, горизонтально, спиной к опоре.</p> <p>Познакомить с преодолением полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижению по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p>Обучить лазанью по канату в три приема.</p> <p>Разучить упражнения с предметами (мячами, скалкой, гимнастической палкой и др.)</p>		<p>на спортивных снарядах.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений</p> <p>прикладной направленности.</p> <p>Осваивать технику физических упражнений направленной</p>	<p>• учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения;</p> <p>• использовать навыки коллективного общения и взаимодействия</p>	<p>• формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности;</p> <p>• установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья</p>
--	--	--	--	--	---	---	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
49 – 68	<i>Лыжная подготовка</i>	20	Комплексный	<p>Формировать представление о технических действиях на лыжах.</p> <p>Обучить организующим командам и приёмам по переноске лыж, передвижению в колонне с лыжами, передвижению на лыжах разных способами (ступаящим и скользящим шагом).</p> <p>Обучить приёмам безопасного падения при передвижении на лыжах</p>	<p>Лыжи, переноска лыж, ступаящий шаг, скользящий шаг, защита, передвижение на лыжах, стойка, равновесие, коньки, передвижение на коньках</p>	<p>Контролировать скорость передвижения на лыжах в зависимости от величины ЧСС.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.</p> <p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятия лыжной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику поворотов, спусков и подъёмов.</p> <p>Осваивать технику поворотов, спусков и подъёмов.</p> <p>Проявлять координацию при выполнении</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> овладевать различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и 	<p>Личностные результаты</p> <ul style="list-style-type: none"> Формирование ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе к физической культуре и спорту; развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; умение отвечать за свои поступки; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников,

	Конько-бежная подготовка		Обучить стойке и равновесию на коньках, техническим приемам передвижения на коньках. Обучить приемам безопасного падения при передвижении на коньках		поворотов, спусков и подъемов Моделировать технику базовых способов передвижения на коньках. Выявлять характерные ошибки в технике передвижения на коньках. Проявлять выносливость при прохождении тренировок вочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий конькобежной подготовкой. Объяснять технику выполнения скольжения, поворотов, торможения. Осваивать технику скольжения, поворотов, торможения. Проявлять координацию при передвижении на коньках	доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия	родителей и других людей; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья
--	---------------------------------	--	---	--	--	---	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
69–78	Плавание <i>Технические действия в воде</i> <i>Плавание провальным стилем</i>	10	Комплексный	Ознакомить с правилами поведения в воде, подводными упражнениями: вхождение в воду. Передвижение по дну бассейна. Разучить упражнения на согласование дыхания, работы рук и ног. Обучить погружению в воду. Обучить скольжению на спине и на животе	Бассейн, дыхание, погружение в воду, скольжение, плавание Соблюдать правила поведения в воде. Объяснять технику разучиваемых действий. Осваивать технические действия в воде. Проявлять выносливость при проплывании учебной дистанции	Регулятивные: • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, распределением нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: • овладевать различными способами решения поставленной задачи. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,	• Формирование ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе к физической культуре и спорту; • интерес к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; умение отвечать за свои поступки; • понимание причин успеха, самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи;		

25–27, 89–94	Подготовка и тактика туристического похода	9	Комплексный	Обучить укладке рюкзака и установке палатки, организации бивака, работе с компасом, движению по маршруту. Обучить основам безопасного поведения во время прогулок (в лесу, на водоеме) и туристических походов	Рюкзак, палатка, бивак, компас, маршрут, туристический поход	Осваивать способы укладки рюкзака и организации бивака, овладевать приемами самообслуживания. Применять приемы ориентирования на местности при передвижении по маршруту и в пешеходных прогулках. Осваивать приемы передвижения на местности и преодоления естественных препятствий. Соблюдать правила	взаимопомощи и соперничества, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия	• установка на активность деятельность поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья	• установка на активность деятельность поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья	• формирование ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе к физической культуре и спорту; • интерес к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных
--------------	---	---	-------------	--	---	--	---	--	--	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				поведения во время прогулок (в лесу, на водоеме) и туристических походов	<p>предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей.</p> <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; овладеть различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; использовать разные мнения в отношении предмета обсуждения; использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении 	<p>нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки;</p> <ul style="list-style-type: none"> самоанализ и самоконтроль результатов, анализа ответственности результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников, родителей и других людей; установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоенности учебного материала; формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность 			

13–24 79–88	Подвижные игры <i>На материале гимнастики с основами акробатики</i>	22	Комплексный	Совершенствовать игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнением на внимание, силу, ловкость и координацию. Обучить играм: «Вокруг колышка», «Переправа по узким жердям», «Змейка», «Удержись на месте»	Правила проведения подвижных игр, условия проведения подвижных игр, футбол, большой мяч, волейбол, теннис, баскетбол, переноска мяча, удар по мячу	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов	по сохранению и укреплению своего здоровья	<ul style="list-style-type: none"> Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соотвествия результатов требованиям конкретной задачи, понимание предложений и оценок учителей, одноклассников, родителей и других людей; установка на активную деятельность в решении поставленной задачи; формирование самооценки на
	<i>На материале легкой атлетики</i>			Повторить прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. Обучить играм: «Голова и хвост», «Слепой медведь», «Кот и мыши»		<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> овладевать различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; 	<ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; 	<ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; 	

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
	<i>На материале лыжной подготовки</i>			Повторить эстафеты в передвижениях на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. Обучить играм: «Грудный путь», «Караван»	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения и обосновать их; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о ролях в совместной деятельности 	основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности;		
	<i>На материале конькобежной подготовки</i>			Повторить эстафеты в передвижениях на коньках, упражнения на выносливость и координацию (долгое скольжение, скольжение «цаплей», «ласточкой», преследование по кругу); обучить играм: «Шагирям», «Шаги великанов», «Фонарики»					
	<i>На материале плавания</i>			Обучить играм: «Караси и карпы», «Фонган»					

2 КЛАСС

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	
Раздел «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека»							
Теоретический материал: 1 – 102 уроки	<i>Движение – основа жизни и здоровья человека</i> <i>Понятие о физической культуре</i>	2	Изучение нового материала	<p>Формировать представление об отличии физических упражнений от повседневных движений</p> <p>Формировать представление о физической культуре как системе разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека</p>	<p>Движение, физическое упражнение</p> <p>Выявлять различия в основных способах передвижения человека</p> <p>Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями и спортивными играми</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результат с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов 	<ul style="list-style-type: none"> Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; развитие интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов

Теоретический материал: 1 – 102 урочки	История развития физической культуры и спорта	1	Изучение нового материала	Дать общее представление о физических упражнениях и играх древних народов. Дать общее представление о физическом воспитании	Игра	Пересказывать тексты по истории физической культуры	и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия	требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • ориентация в социальных и составляющих здорового образа жизни	Формирование чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту;
--	--	---	---------------------------	--	-------------	---	---	---	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				детей в Древней Греции, Древнем Риме		<ul style="list-style-type: none"> адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результат с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; 	<ul style="list-style-type: none"> формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традициях народов, национальных героях и выдающихся спортсменах России, своего края, своего народа; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; развитие интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; самоанализ и самоконтроль результата, анализа соответствия результатов требованиям конкретной задачи; установка на активную деятельность 		

Теоретический материал: 1 – уроки	Физическая нагрузка Основные физические качества века	1	Изучение нового материала	Дать общее представление о физической подготовке и ее связи с развитием основных качеств	Физическая подготовка, физические качества	Характеризовать основные физические качества человека. Различать упреждения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия)	<ul style="list-style-type: none"> осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<ul style="list-style-type: none"> осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<p>в решении поставленной задачи и освоенной учебной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; ориентация в социальном пространстве 	<ul style="list-style-type: none"> Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; развитие интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов
-----------------------------------	--	---	---------------------------	--	---	--	--	--	---	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
						<p>информации для решения учебной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения суждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, 	<p>требованиям конкретной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • ориентация в социальном и семейном окружении и составлении здорового образа жизни 		

									строить монологическое высказывание, вести диалог;	
									<ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	
Раздел «Физкультурно-оздоровительная деятельность»										
Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>Основы охраны здоровья</i>	10	Изучение нового материала	Раскрыть влияние условий окружающей среды на здоровье человека. Дать представление о правилах личной гигиены, режиме дня и его планировании. Формировать представление о роли физической организации труда и досуга в сохранении и укреплении здоровья, физического развитии человека. Дать представление о закаливании, их роли в физическом развитии человека.	Окружающая среда, здоровье, личная гигиена, режим дня, закалывающие процедуры	Составлять индивидуальный режим дня. Понимать роль закалывания в сохранении здоровья и физического развития человека. Оценивать свое состояние (ощущения) после закаливающих процедур. Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. Выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учиться устанавливать правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученным результатам; требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; • развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • развитие самостоятельности и личной 		
	<i>Профилактика травматизма</i>									

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				Ознакомить с принципами и правилами организации орг-анизма, вы-полнением простейших закаливающих процедур			<p>выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, ус-тановления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения по-ставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодей-ствие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, вза-имопомощи и сопережи-вания, находить с ними общий язык и общие ин-тересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях об-щения и взаимодействия; • учитывать разные мнe-ния в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; • находить конструктив-ное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<p>ответственности за свои поступки;</p> <ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и са-моконтроль резуль-тата, анализ соот-ветствия результатов требованиям конк-ретной задачи; • установка на ак-тивную деятель-ность в решении поставленной зада-чи и освоении учеб-ного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной де-ятельности; • установка на безо-пасный и здоровый образ жизни, актив-ную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	

Теоретический материал: 1 – 102 уроки	Изменение показателей физической активности и развития и физической подготовленности	2	Изучение нового материала	Научить ведению дневника наблюдения за своими показателями физической активности и физической подготовленности	Дневник самонаблюдения	Измерять индивидуальные показатели физического развития и развития физических качеств	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и 	<ul style="list-style-type: none"> • Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья
---------------------------------------	---	---	---------------------------	--	-------------------------------	---	---	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Теоретический материал: 1 – 102 уроки	Подвижные игры	2		Познакомить с играми и развлечениями, проводящимися с использованием спортивного инвентаря. Разучить игру «Повелитель лунки»	Спортивный инвентарь Организовать и проводить подвижные игры и развлечения с использованием спортивного инвентаря	классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения поставленной задачи	Личностные результаты	
						<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учиться устанавливать правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование чувства причастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; • развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; 	

<p>предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей.</p> <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, усвоения аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<ul style="list-style-type: none"> • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активность по сохранению и укреплению своего здоровья

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Раздел «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера»								
1–12, 95–102	Легкая атлетика <i>Беговая подготовка</i>	20	Комплексный	Усовершенствовать беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений, с разным положением рук. Обучить челночному бегу, высокому старту с последующим ускорением	Бег, прыжки в длину и высоту с места, метание, большой мяч Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Описывать технику прыжковых упраж-	Регулятивные: • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей и предло-	<ul style="list-style-type: none"> Формирование чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традиций народов, национальных героях и выдающихся спортсменов России, своего края, своего народа; развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, 	
	<i>Прыжковая подготовка</i>			Усовершенствовать прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте, с поворотами вправо и влево, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком. Обучить прыжкам в длину и в высоту с места.	Описание прыжковых упражнений. Описание прыжковых упражнений. Описание прыжковых упражнений.	<ul style="list-style-type: none"> формирование интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, 		

	<p>Броски и метание мяча</p>		<p>со спрыгиванием и запрыгиванием на маты</p> <p>Обучить техническим приемам бросков большого (баскетбольного) мяча: броски большого мяча вверх одной и двумя руками, на дальность разными способами.</p> <p>Обучить передаче мяча в парах с отскоком от земли.</p> <p>Разучить комплексы упражнений с мячом</p>	<p>нений.</p> <p>Осваивать технику прыжковых упражнений.</p> <p>Контролировать величину нагрузки в зависимости от величины ЧСС при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Проявлять силу, быстроту, выносливость и координацию при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Описывать технику бросков большого мяча.</p>	<p>выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<p>школы, семьи, своего села, города;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; • самоанализ и самоконтроль результатов, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый
--	-------------------------------------	--	---	---	--	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
					Осваивать технику бросков большого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого мяча. Проявлять силу, быстроту и координацию при выполнении бросков большого мяча		образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья	
28–48	Гимнастика с основами акробатики <i>Организуя команды и приемы Акробатические упражнения</i>	21	Комплексный	Ознакомить со строевыми действиями в шеренге на месте Обучить акробатическим комбинациям: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.	Шеренга, строевые действия, исходное положение, мост, упор присев, гимнастические снаряды Выполнять организующие упражнения. Описывать технику различных акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Взаимодействовать в парах и группах при ративании акробатических упражнений. Выявлять харак-	Регулятивные: • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учиться устанавливать правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи;	• Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;	

Снарядная гимнастика	<p>Научить смелым висам и упорам на различных гимнастических снарядах.</p> <p>Совершенствовать передвижение по гимнастической стенке вверх, вниз, горизонтально, спиной к опоре, преодоление полосу препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания, передвижения по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p>Обучить лазанию по канату в два приема</p>	<p>терные ошибки при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности</p>	<ul style="list-style-type: none"> • адекватно воспринимать оценки учителей и предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соотвествия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активность по сохранению и укреплению своего здоровья
Гимнастические упражнения прикладного характера	<p>Разучить упражнения с предметами (мячами, скалкой, гимнастической палкой и др.)</p>			

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
						<p>при выполнении гимнастических упражнений. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности. Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности. Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений прикладной направленности</p>			

49 – 68	<i>Лыжная подго- товка</i>	20	Ком- плек- сный	Совершенство- вание передви- жения на лыжах разными спо- собами: ступа- ющим и сколь- зящим шагом. Обучать при- емам безопас- ного падения при передвиже- нии на лыжах Научить техни- ке отталкива- ния и скользя- ния. Научить пере- носу центра тяжести с од- ной ноги на другую. Обучить тор- можению «полу- гом», «полу- плугом»	Торможе- ние на лы- жах, центр тяжести, скользя- ние, от- талкива- ние	Контролировать пере- скорость пере- движения на лыжах в зависи- мости от пока- зателя ЧСС. Выявлять харак- терные ошибки в технике вы- полнения лыж- ных ходов. Проявлять вы- носливость при прохождении тренировочных дистанций ра- зученными способами пе- редвижения. Применять пра- вила подбора одежды для за- нятий лыжной подготовкой. Моделировать технику базо- вых способов передвижения на коньках. Выявлять харак- терные ошибки в технике пере- движения на коньках. Проявлять вы- носливость и координацию при прохожде- нии трениро- вочных дистан- ций разученны-	Регулятивные: • планировать свои дей- ствия в соответствии с усло- виями реализации постав- ленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, орга- низовывать самостоятель- ную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объек- тивно оценивать правиль- ность своих действий, со- ответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей и предло- жения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать ре- зультат с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родите- лей и других людей. Познавательные: • планировать и осущест- влять наблюдения, выпол- нять необходимые измере- ния и фиксировать их результаты, в том числе с по- мощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синте- за, обобщения, сравнения и	Формирование начальных представ- лений о моральных нормах и правилах нравственного пове- дения; • ориентация в нрав- ственном содержании и мотивах собствен- ных поступков и по- ступков окружающих людей, развитие само- стоятельности и лич- ной ответственности за свои поступки; • нравственно-эти- ческий опыт взаимо- действия со сверст- никами, старшими и младшими детьми, взрослыми в соот- ветствии с общепри- нятыми нравствен- ными нормами; • самоанализ и са- моконтроль резуль- тата, анализ соот- ветствия результатов требованиям конк- ретной задачи; • установка на ак- тивную деятель- ность в решении поставленной зада- чи и освоении учеб- ного материала; • формирование самооценки на ос- нове критериев ус- пешности учебной и спортивной деятель- ности;
	<i>Конько- бежная подго- товка</i>							

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
					<p>ми способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий конькобежной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику выполнения скользяния, торможения. Осваивать технику скользяния, торможения</p>	<p>классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей;</p> <p>• овладевать различными способами решения поставленной задачи.</p> <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<ul style="list-style-type: none"> • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	
69–78	Плавание <i>Технические действия в воде</i>	10	Комплексный	Обучить учащихся на погружение, всплытие, лежание и скольжение	<p>Соблюдать правила поведения в воде. Объяснять техническим действиям. Осваивать технические действия в воде. Проявлять выносливость при проплывании учебной дистанции</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать свои действия в соответствии с учебными заданиями, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учиться устанавливать правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность за полученные 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нормами; 	

25–27, 89–94	Подготовка и тактика тури-	9	Комплексный	Совершать пешие прогулки с элементами ориентирования на местности	Пешие прогулки, ориентирование, ориентирование	Применять приемы ориентирования на местности при передвижении	<p>результатов требованиям поставленной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • адекватно воспринимать оценки учителей и предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активность по сохранению и укреплению своего здоровья 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного
--------------	-----------------------------------	---	-------------	---	---	---	--	---	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
	<i>чешского похода</i>				<p>по маршруту и в пешеходных походах.</p> <p>Осваивать приемы передвижения на местности и преодоления естественных препятствий</p>	<p>нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</p> <ul style="list-style-type: none"> • учить уставленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей и предложения одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и 	<p>поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • ориентация в нравственном со-держании и мотивах собственных поступков и поступков окружающих людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении 		

13–24, 79–88	Подвижные игры	22	Комплексный	Совершенствовать игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнении на внимание, силу, ловкость и координацию.	Эстафеты, ведение мяча, передача мяча, стойки, подводящие упражнения, подача, нижняя	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения	классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения поставленной задачи. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов	поставленной задачи и освоения учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья	• Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи; • формирование начальных представлений о моральных
--------------	-----------------------	----	-------------	--	---	--	--	--	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
	<i>На материале гимнастики с основами акробатики</i> <i>На материале легкой атлетики</i>			Обучить играм: «Иголка и нитка», «Пройди бесшумно», «Не дай обручу упасть» Совершенствовать игровые задания с использованием прыжков, бега, метания и бросков, упражнений на координацию, выносливость и быстроту. Обучить играм: «Круговые прыжки», «Зайцы в огороде» Повторить эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию; обучить играм: «Быстрый лыжник», «Слук вдвоем», «Штурм вершины», «Самокат» Повторить эстафеты в передвижениях	подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Управлять эмо-	поставленной задачи, организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать оценки учителей и предложения родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей; моделировать свои действия в зависимости от характера ошибок;	нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • ориентация в нравственном содержании и мотивах собственных поступков и поступков окружающих людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную	
	<i>На материале лыжной подготовки</i>			Повторить эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию; обучить играм: «Быстрый лыжник», «Слук вдвоем», «Штурм вершины», «Самокат» Повторить эстафеты в передвижениях	Подвижные игры. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Управлять эмо-	поставленной задачи, организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать оценки учителей и предложения родителей и других людей; моделировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок;	нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • ориентация в нравственном содержании и мотивах собственных поступков и поступков окружающих людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную	

	<p><i>На материале конькобежной подготовки</i></p>	<p>на коньках, упражнению на выносливость и координацию (долгое скольжение, скольжение «цаплей», «ласточкой», преследование по кругу). Обучить играм: «Сбор и расстановка шайб», «Мышеловка»</p>	<p>циями в процессе учебной и игровой деятельности</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<p>деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала;</p> <ul style="list-style-type: none"> формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья
	<p><i>На материале плавания</i></p> <p>Спортивные игры</p> <p><i>Элементы спортивных игр</i></p>	<p>Обучить играм «Лягушатка», «Водолазы»</p> <p>Волейбол: обучить стойкам, передвижениям, подводящим упражнениям для обучения нижней прямой и боковой подачам, передаче сверху двумя руками вперед-вверх, приему мяча снизу двумя руками.</p> <p>Футбол: обучить удару по катящемуся мячу.</p> <p>Баскетбол: обучить ведению мяча на месте (правой или левой рукой), передаче мяча на месте, ловле мяча</p>	<p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<p>деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала;</p> <ul style="list-style-type: none"> формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья

3 КЛАСС

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Раздел «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека»								
Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>Движение – основа жизни и здоровья человека</i>	2	Изучение нового материала	Формировать представление о функциях и взаимодействии основных систем организма человека: работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения, зрительного и слухового анализаторов при выполнении физических упражнений	<p>Основные системы организма человека, скелетные мышцы, системы дыхания и кровообращения, зрительный и слуховой анализаторы, внимание, память, мышление</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; 	<ul style="list-style-type: none"> Развитие интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; самоанализ и самоконтроль результатов, анализ соответствия результатам требованиям конкурентной задачи; установка на активную деятельность 	
	<i>Понятие о физической культуре</i>			Формировать представление о роли физической культуры в развитии внимания, памяти и мышления		<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи с использованием справочной литературы, электронных и цифровых информационных ресурсов, Интернета; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; 	<ul style="list-style-type: none"> ориентация в социальном и культурном окружении и здоровом образе жизни; установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	

	<ul style="list-style-type: none"> • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, адекватно коммуникативной ситуации строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • уважать мнения и позиции других людей, быть

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>История развития физической культуры и спорта</i>	1	Изучение нового материала	Ознакомить с возникновением первых соревнований, зарождением Олимпийских игр, легендами и мифами об Олимпийских играх в Древней Греции	Легенды, мифы, соревнования, Олимпийские игры	Пересказывать тексты по истории физической культуры	<p>готовым слушать собеседника и ориентироваться на его позицию в общении и взаимодействии;</p> <ul style="list-style-type: none"> излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий 	<ul style="list-style-type: none"> Формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традициях народов; развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; 	
						<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий; адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений; 			

<ul style="list-style-type: none"> • развитие интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • ориентация в содержании и составляющих здорового образа жизни; • установка на безопасный и здоровый образ жизни для себя и окружающих людей, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	<ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, адекватно коммуникативной ситуации строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • уважать мнения и позиции других людей, быть готовым слушать собеседника и ориентироваться на его позицию в общении и взаимодействии; • излагать собственное мнение и позицию в форме, 					
--	---	--	--	--	--	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Теоретический материал: 1–102 уроки	Физическое развитие и физическая нагрузка Основные физические качества века	1	Изучение нового материала	Раскрыть понятие о физической нагрузке, влияние физической нагрузки на работу сердца и дыхательной системы человека. Дать общее представление о характере нормирования физической нагрузки и контроле над физической нагрузкой	Выявлять характер зависимости величины ЧСС от особенностей выполнения физических упражнений. Понимать характер воздействия физических упражнений на организм человека	<p>понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий</p> <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; • самоанализ и самоконтроль результатов, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоения учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • ориентация в социальной и составляющих здорового образа жизни; • установка на безопасный и здоровый образ жизни для себя и окружающих людей, активность по сохранению и укреплению своего здоровья 	

Раздел «Физкультурно-оздоровительная деятельность»

Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>Основа охраны здоровья</i> <i>Оздоровительные формы занятий</i> <i>Различные физические качества</i> <i>Профилактика травматизма</i>	10	Изучение нового материала	Сформировать представление об утренней зарядке, правилах ее составления и выполнения. Сформировать представление о физкультурных упражнениях, правилах их составления и выполнении. Разучить комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультурных. Формировать представление о самостоятельных оздоровительных занятиях в режиме дня (утренняя зарядка, физкультурминутки, подвижные игры на воздухе). Сформировать представление об элементах нетрадиционных видов гимнастики: аутотенной тренировки, дыхательной	Утренняя зарядка, физкультурминутки, самостоятельные оздоровительные занятия, нетрадиционные виды гимнастики, аутотенная тренировка, дыхательная гимнастика, ритмическая гимнастика, аэробика, народные танцы, современные и спортивные танцы	Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультурминутки. Самостоятельно выполнять упражнения на оздоровительных занятиях	Регулятивные: • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений	<ul style="list-style-type: none"> Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; Формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традиций народов, национальных героев и выдающихся спортсменов России, своего края, своего народа; развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, края (населенного пункта), в котором находится образовательное учреждение; стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы,
-------------------------------------	--	----	---------------------------	---	--	--	--	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				<p>Гимнастике, спортивно-хореографической гимнастике (ритмической гимнастике, аэробике, элементах народных, современных и спортивных танцев)</p>			<p>относительно учебных задач и задач коммуникации;</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, выполняя необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<p>семьи, своего села, города;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатам требованиям конкурентной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; 	

Теоретический материал: 1 – 102 уроки	<i>Изменение показателей физической активности</i>	2	Изучение нового материала	Обучить ведению дневника самонаблюдения за показателями физической активности и физической подготовленности	Показатели физического развития	Измерять индивидуальные показатели физического развития и развития физических качеств и заносить данные в дневник самонаблюдения	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учиться устанавливать правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; 	<ul style="list-style-type: none"> • формировать самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; умение отвечать за свои поступки; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соотвествия требованиям конкурентной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и
---------------------------------------	---	---	---------------------------	---	--	--	---	---	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
						<ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи 	укреплению своего здоровья		
Теоретический материал: 1 – 102 уроки	Подвижные игры	2		Сформировать представление об играх и развлечениях в зимнее и летнее время года	<p>Проводить игры и развлечения в зимнее время года.</p> <p>Проводить игры и развлечения в летнее время года</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с установленными требованиями реализации поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; 		

								<ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий; использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий; использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	<ul style="list-style-type: none"> умение отвечать за свои поступки; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатам требованиям конкурентной задачи; формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	
Раздел «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера»											
1–12, 95–102	Легкая атлетика <i>Беговая подготовка</i>	20	Комплексный	Усовершенствовать беговые упражнения: с высоким вниманием бегать, прыжками и с ускорением, с изменяющимся	Ускорение, высокий старт, прыжки в длину с разбега, прыжки в высоту,	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега	Регулятивные: <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; 	<ul style="list-style-type: none"> Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); 			

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				направлением движения, из разных исходных положений, с разным положением рук. Усовершенствовать челночный бег. Усовершенствовать высокий старт с последующим ускорением	прыжки со скалкой, метание малого мяча, вертикальная цель различными способами. Контролировать величину нагрузки в зависимости от показателя ЧСС при выполнении беговых упражнений. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявлять силу, быстроту, выносливость и координацию при выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений.	<ul style="list-style-type: none"> учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: <ul style="list-style-type: none"> овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; планировать и осуществлять наблюдения, 	<ul style="list-style-type: none"> стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной ретной задачи; установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; 		
	Прыжковая подготовка			Усовершенствовать прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте, с поворотами вправо и влево, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком. Усовершенствовать прыжки в длину и высоту с места, прыгивание и запрыгивание на маты. Обучить прыжкам в высоту с прямого разбе-					

		<p>га и «перешагиванием»; прыжкам в длину с разбега, согнув ноги; прыжкам со скакалкой</p> <p>Обучить технических приемам метания малого (теннисного) мяча. Обучить метанию малого мяча в вертикальную цель и на дальность</p>	<p>Контролировать величину нагрузки в зависимости от поставленной задачи ЧСС при выполнении прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. Проявлять силу, быстроту, выносливость и координацию при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений</p> <p>Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники</p>	<p>выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на различных этапах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<ul style="list-style-type: none"> • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
					безопасности при метании малого мяча. Проявлять силу, быстроту и координацию при метании малого мяча			
28–48	Гимнастика с основами акробатики <i>Организуя команды и приемы Акробатические упражнения</i> <i>Снарядная гимнастика</i>	21	Комплексный	Обучить строевым действиям в колонне на месте Обучить акробатическим комбинациям: колонне в упор присев, кувырок назад в упор присев, кувырок назад до упора на коленях, прыжком руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед Обучить упражнениям на брусьях, перекладине, гимнастическом бревне. Обучить гимнастическим	Колонна, кувырок назад, упор на коленях, брусья, перекладина, гимнастическое бревно, опорный прыжок, гимнастический козел, гимнастический мостик Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!» Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и комбинаций. Взаимодействовать в парах и	Регулятивные: • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учиться устанавливать правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиями поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок;	• Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми	

		<p>комбинациям на снарядах. Учить опорный прыжок через гимнастическое козла: с разбега толчком о гимнастический мостик, прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед. Усовершенствовать передвижение по гимнастической стенке вверх, вниз, горизонтально, спиной к опоре. Усовершенствовать преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания, передвижения по наклонной гимнастической скамейке. Учить лазанию по канату в три приема</p>	<p>группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах. Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и</p>	<p>• совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от социальной принадлежности; • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, 	<p>других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нормами в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результатов, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья
--	--	---	--	---	--

Гимнастические упражнения

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
	<i>прикладного характера</i>			стической палкой и др.)	<p>комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности. Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.</p>	<p>находить с ними общий язык и общие интересы;</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 		

49–68	<i>Лыжная подготовка</i>	20	Комплексный	Обучить передвижению на лыжах разными способами: попеременным двухшажным, одновременным одношажным, одновременным двухшажным ходом, чередованием шагов и ходов во время передвижения на лыжах. Обучить приемам безопасного падения при передвижении на лыжах. Учить повороты при переступанием на месте. Проходить дистанцию 1 км	Попеременный двухшажный ход, одношажный ход, одновременный ход, одношажный ход, двухшажный ход, повороты переступанием, дистанция	Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений направленной направленности	Контролировать скорость передвижения на лыжах по показателю частоты сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику поворотов,	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учиться устанавливать правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование национальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; умение отвечать за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результатов, анализ
	<i>Конькобежная подготовка</i>			Учить повороты дугой и скрестным шагом. Обучить торможению «буквой Т», «переступанием»					

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
				<p>ем», боковым падением. Проходить дистанции 60 м, 100 м</p>	<p>спусков и подъемов. Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p> <p>Моделировать технику базовых способов передвижения на коньках. Выявлять характерные ошибки в технике передвижения на коньках.</p> <p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций различными способами передвижения.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятий конькобежной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику выполнения скольжения, поворотов, торможения.</p>	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, 	<p>соответствия результатов требованиям конкретной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	

69–78	Плавание <i>Стили плавания</i> <i>Плавание провальным стилем</i>	10	Комплексный	Обучить кролю на груди. Проплывать учебные дистанции провальным стилем	Произвольный стиль	Осваивать технику скольжения, поворотов, торможения. Проявлять координацию при передвижении на коньках	находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия	<ul style="list-style-type: none"> Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (нации, своего края (нации, своего пункта); стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения в игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; самоанализ и самоконтроль результата, анализ особенностей результатов тренировочных заданий; установка на активность в решении
				Соблюдать правила поведения в воде. Осваивать плавание кролем на груди. Проявлять выносливость при проплывании учебной дистанции	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. 			

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
							<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, 		

25–27, 89–94	<i>Подготовка и тактика туристического похода</i>	9	Комплексный	Обучить техническим приемам передвижения на местности и преодолению естественных препятствий	Естественные препятствия	<p>Применять приемы ориентирования на местности при передвижении по маршруту и в пешеходных походах.</p> <p>Осваивать приемы передвижения на местности и преодоления естественных препятствий.</p> <p>Соблюдать правила поведения во время прогулок (в лесу, на водоеме) и туристических походов</p>	<p>находить с ними общий язык и общие интересы;</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, 	<p>язык и общие интересы;</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять наблюдения, 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (нации, своего пункта); • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; • формирование национального представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и
--------------	---	---	-------------	--	---------------------------------	--	--	--	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
						<p>выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, 	<p>спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в поставленной задаче и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 		

13–24, 79–88	<i>Подвижные игры</i> <i>На материале гимнастики с основами акробатики</i>	22	Комплексный	Усовершенствовать игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. Обучить играм: «Через холодный ручей», «Гонки мячей по кругу», «Мяч ловцу»	Бросок мяча, кольцо, остановка в баскетболе	Самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий; адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок.	аргументировать свою точку зрения и оценку событий; использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов	Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего села, города; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками,
	<i>На материале легкой атлетики</i>			Усовершенствовать игровые задания с использованием прыжков, бега, метания и бросков; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. Обучить играм:		Самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий; адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок. Познавательные: • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и		

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
	<i>На материале лыжной подготовки</i>			<p>«Третий лишний», «Волк в рву», «Метание с плеча», «Круговые пятакши».</p> <p>Повторить эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. Обучить играм: «Скользи дальше», «Охотники и зайцы»</p>	<p>условий и двигательных задач</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в</p>	<p>причинно-следственных связей;</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладеть разнообразными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения; • излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении 	<p>детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатам требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	
	<i>На материале конькобежной подготовки</i>			<p>Повторить эстафеты в передвижениях на коньках, упражнения на выносливость и координацию</p>				

	<p><i>На материале спортивных игр</i></p>		<p>Футбол: подвижные игры на материале футбола. Баскетбол: подвижные игры на материале баскетбола. Волейбол: подвижные игры на материале волейбола. Игра «Пионербол». Волейбол: учить передаче мяча сверху двумя руками вперед-вверх; приему мяча снизу двумя руками, передаче мяча в парах.</p> <p>Футбол: учить остановке мяча; ведению мяча по прямой.</p> <p>Баскетбол: учить броску мяча двумя руками (снизу, от груди, из-за головы) с места в кольцо; ведению мяча (правой или левой рукой) по прямой, по дуге, с остановками</p>		<p>игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов</p>		
	<p><i>Спортивные игры</i></p>							
	<p><i>Элементы спортивных игр</i></p>							

4 КЛАСС

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения дня (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Раздел «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека»								
Теоретический материал: 1 – 102 уроки	<i>Движение – основа жизни и здоровья человека</i>	2	Изучение нового материала	<p>Дать общее представление о роли биологических и психических процессов в осуществлении двигательных актов.</p> <p>Сформировать представление о движении и здоровье</p>	<p>Биологические процессы, психические процессы, трудовая деятельность, военная деятельность</p>	<p>Понимать и раскрывать значение основных систем органов человека, роль биологических и психических процессов в осуществлении двигательных актов</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать порядок действий в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать оценки учителей, предложения родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи с использованием справочной литературы, электронных и цифровых информационных ресурсов, Интернета; соблюдать нормы информационной этики и этикета; 	<ul style="list-style-type: none"> Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); анализ нравственного содержания и мотивов собственных поступков и поступков окружающих людей, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки; формирование интереса к новому учебному материалу; самоанализ и контроль результатов,
	<i>Понятие о физической культуре</i>			<p>Дать общее представление о связи физической культуры и трудовой и военной деятельности</p>		<p>Понимать и раскрывать связь физической культуры и трудовой и военной деятельности человека</p>	<ul style="list-style-type: none"> анализ нравственного содержания и мотивов собственных поступков и поступков окружающих людей, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки; формирование интереса к новому учебному материалу; самоанализ и контроль результатов, 	

		<ul style="list-style-type: none"> • совершенствовать навыки смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, усвоения аналогий и причинно-следственных связей; • осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. 						
	<p>анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • установка на активность деятельности поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	<p>• совершенствовать навыки смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации;</p> <p>• овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, усвоения аналогий и причинно-следственных связей;</p> <p>• осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации.</p> <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; • активно включаться в общение и взаимодействия со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, 						

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
							<p>адекватно коммуникативной ситуации строить монологическое высказывание, вести диалог;</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • уважать мнения и позиции других людей, быть готовым слушать собеседника и ориентироваться на его позицию в общении и взаимодействии; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к сотрудничеству с учетом разных мнений; • излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов 	

Теоретический материал: 1 – 102 уроки	История развита физической культуры и спорта	1	Изучение нового материала	Ознакомить со сведениями об олимпийских чемпионах СССР и России. Дать общее представление о зарождении физической культуры на территории Древней Руси, о русских богатырях. Ознакомить с развитием физической культуры и спорта в России до 1917 года, с развитием отечественной физической культуры в XX веке, в современном российском обществе. Дать общее представление о развитии физической культуры и спорта своего региона. Ознакомить с современными организациями физического воспитания детей	Олимпийские чемпионы, русские богатыри, организации физического воспитания детей	Пересказывать тексты по истории физической культуры. Понимать и кратко характеризовать направления деятельности спортивных объединений и организаций (по видам спорта)	Регулятивные: • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • анализировать и активно оценивать правильность своих действий; • адекватно воспринимать оценки учителей, предложения родителей и других людей. Познавательные: • осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи с использованием справочной литературы, электронных и цифровых информационных ресурсов, Интернета; • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • совершенствовать навыки смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей;	Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; • формирование начальных представлений о наиболее значимых страданиях истории физической культуры и спорта, спортивных традициях народов, национальных героях и выдающихся спортсменов России, своего края, своего народа; • развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • формирование интереса к новому учебному материалу; • установка на активную деятельность в
---------------------------------------	---	---	---------------------------	--	---	--	---	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
							<ul style="list-style-type: none"> осознанно конструировать речевые высказывания и тексты в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; <ul style="list-style-type: none"> овладевать речевыми средствами коммуникации, адекватно коммуникативной ситуации <p>строить монологическое высказывание, вести диалог;</p> <ul style="list-style-type: none"> соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; уважать мнения и позиции других людей, 		

Теоретический материал: 1 – 102 уроки	Физические раз- витие и физи- ческая нагрузка Основ- ные фи- зические качест- ва чело- века	1	Изучение нового материала	Дать представление о физической подготовке и физических упражнениях. Дать общую характеристику упражнениям по видам спорта, направленности возлействия на организм человека (общеразвивающие и специальные), режиму работы мышц (статические, динамические).	Статический р- жим рабо- ты мышц, динамический р- жим рабо- ты мышц	Характеризовать показатели физического развития и физической подготовки. Характеризовать основные физические качества человека. Понимать характер воздействия физических упражнений на организм человека. Различать упражнения на развитие ос- новных физи-	быть готовым слушать собеседника и ориентироваться на его позицию в общении и взаимодействии; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремясь к сотрудничеству с учетом разных мнений; • излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов	• Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); • развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки; • формирование интереса к новому учебному материалу и способам решения новых задач; • самоанализ и контроль результатов, анализ соответствия результатов требова-
---------------------------------------	--	---	---------------------------	---	--	---	---	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
				Дать представление о характере физических упражнений для развития физических качеств	<p>ческих качеств (сила, быстрота, выносливость)</p>	<ul style="list-style-type: none"> адекватно воспринимать оценки учителей, предложения родителей, одноклассников и других людей; корректировать свои действия на основе характера ошибок; совершенствовать свой результат; использовать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей для улучшения результатов. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи с использованием справочной литературы, электронных и цифровых информационных ресурсов, Интернета; соблюдать нормы информационной этики и этикета; совершенствовать навыки смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в 	<p>ниям конкретной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 		

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Раздел «Физкультурно-оздоровительная деятельность»								
Теоретический материал: 1–102 уроки	<i>Основы охраны здоровья</i> <i>Оздоровительные формы занятий</i> <i>Развитие физических качеств</i> <i>Профилактика травматизма</i>	10	Изучение нового материала	Ознакомить с комплексом упражнений на развитие физических качеств. Дать задания для самостоятельного выполнения упражнений на развитие мышц туловища, развитие основных физических качеств. Ознакомить с упражнениями для определения показателей развития физических качеств. Ознакомить с комплексами физических упражнений по профилактике и коррекции нарушений осанки. Ознакомить с комплексами дыхательных упражнений.	Профилактика осанки, коррекция нарушений осанки, психотехническая гимнастика, эмоциональное напряжение, гимнастика для глаз	Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по показателю ЧСС при выполнении упражнений на развитие физических качеств	Регулятивные: • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • осуществлять итоговый контроль и контроль результатов на каждом этапе решения поставленной задачи; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников, родителей и других людей;	<ul style="list-style-type: none"> Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; формирование национальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традиций народов, национальных героях и выдающихся спортсменах России, своего края, своего народа; развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, своего края (населенного пункта); стремление активно участвовать в

			<p>Ознакомить с психотехнической гимнастикой на снятие эмоционального напряжения, развитие внимания и самоконтроля. Дать представление о гимнастике для глаз</p>			<ul style="list-style-type: none"> • корректировать свои действия на основе характера ошибок; • совершенствовать свой результат. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск, анализ, отбор необходимой информации для решения учебной задачи; • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • овладевать различными способами решения поставленной задачи. 	<p>трудовых, творческих и спортивных мероприятий класса, школы, семьи, своего села, города;</p> <ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результата, анализ особенностей результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и спортивной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	
--	--	--	--	--	--	--	--	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
							<p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; уважать мнения и позиции других людей, быть готовым слушать собеседника и ориентироваться на его позицию в общении и взаимодействии; 		
Теоретический материал: 1 – 102 уроки	<i>Изменение показателей физической активности и развития физических качеств</i>	2	Изучение нового материала	Контролировать ведение дневника самонаблюдения	Дневник самонаблюдения	Измерять индивидуальные показатели физического развития и физических качеств	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную 	<ul style="list-style-type: none"> Самоанализ и самоконтроль результатов, анализ соответствия результатам требований конкретной задачи; установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; 	

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
Теоретический материал: 1 – 102 уроки	Подвижные игры	2	Комплексный	Разучить подвижные игры со спортивными элементами спортивных игр	<p>Элементы спортивных игр</p> <p>Организовать и проводить подвижные игры и развлечения со спортивными элементами спортивных игр</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> анализировать и активно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать оценки и предложения учителей, одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия на основе характера сделанных ошибок. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; овладевать различными способами решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> выстраивать психологически комфортные взаимоотношения с окружающими людьми независимо от их социальной и национальной принадлежности; 	<ul style="list-style-type: none"> Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, села, своего города; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; 	

<ul style="list-style-type: none"> • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	<ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, адекватно коммуницировать в ситуации строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия; • допускать возможность существования у людей различных точек зрения, быть готовым слушать собеседника; • учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к сотрудничеству с учетом разных мнений; • излагать собственное мнение и позицию в форме, понятной собеседнику, аргументировать свою точку зрения и оценку событий; • использовать навыки коллективного общения и взаимодействия в процессе игровой и 						
--	---	--	--	--	--	--	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)	
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)		Личностные результаты
							соровнавательной деятельности, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; • находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов		
Раздел «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера»									
1–12, 95–102	Легкая атлетика <i>Беговая подготовка</i>	20	Комплексный	Совершенствовать беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения, из различных исходных положений, с разным положением рук; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением	Метание малога мача, техника мена таня, техника прыжков вых упражнений, техника бега	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Контролировать величину нагрузки по показателю частоты сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Взаимодействовать в парах и группах при разучива-	Регулятивные: • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • различать способ и результат действия; • осуществлять итоговый контроль и контроль результатов на каждом этапе решения поставленной задачи;	Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; • формирование начальных представлений о наиболее значимых стра- ницах истории физической культуры и спорта, спортивных традиций народов, национальных героев и выдающихся	
	<i>Прыжковая</i>			Совершенствовать		при разучива-			

	<p>подготовка</p>		<p>прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте; с поворотами вправо и влево; с продвижением вперед и назад; левым и правым боком; в длину и в высоту с места; спрыгивание и запрыгивание на маты; прыжки в высоту с прямого разбега и «перешагиванием»; прыжки в длину с разбега «согнув ноги»; прыжки со скакалкой</p>		<p>нии и выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений</p> <p>Описывать технику прыжковых упражнений</p> <p>Осваивать технику прыжковых упражнений</p> <p>Контролировать величину нагрузки по показателю частоты сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения</p>	<p>• анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи;</p> <p>• адекватно воспринимать предложения и оценки учителей, одноклассников, родителей и других людей;</p> <p>• корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок;</p> <p>• совершенствовать результаты с учетом оценки и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей.</p> <p>Познавательные:</p> <p>• осуществлять поиск, анализ, отбор необходимой информации для решения учебной задачи;</p> <p>• соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;</p> <p>• овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения суждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации;</p> <p>• планировать и осуществлять необходимые</p>	<p>спортсменах</p> <p>России, своего края, населенного пункта;</p> <ul style="list-style-type: none"> • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • умение отвечать за свои поступки; • приобретение нравственно-этического опыта взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов
	<p>Броски и метание мяча</p>		<p>Совершенствовать метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность. Разучить комплексы упражнений с малым мячом</p>				

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)	
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)		Личностные результаты
					<p>прыжковых упражнений. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Проявлять силу, быстроту, выносливость и координацию при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений</p> <p>Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании</p>	<p>прыжковых упражнений. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Проявлять силу, быстроту, выносливость и координацию при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений</p> <p>Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании</p>	<p>наблюдения и измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ;</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладеть логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладеть речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<p>требованиям конкурентной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	

28—48	Гимнастика с основами акробатики <i>Организуемые команды и приемы</i> <i>Акробатические упражнения</i> <i>Снарядная гимнастика</i>	21	Комплексный	Совершенствовать строевые действия в шеренге и в колонне в движении: построение и перестроение, смыкание и расмыкание в шеренге, переносы, передвижение в колонне с личной дистанцией Обучить акробатическим комбинациям. Обучить приемам безопасного падения при выполнении акробатических упражнений	Упражнения с предметами, техника акробатических упражнений, техника акробатических комбинаций, техника гимнастических упражнений на снарядах, упражнения прикладной направленности	Выполнять организующие упражнения Описывать технику различных акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.	малого мяча. Проявлять силу, быстроту и координацию при метании малого мяча	Регулятивные: • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; • различать способ и результат действия; • осуществлять итоговый контроль и контроль результатов на каждом этапе решения поставленной задачи; • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников, родителей и других людей;	• Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; • формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традициях народов, национальных героях и выдающихся спортсменах России, своего края, населенного пункта; • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, села, города;
-------	--	----	-------------	---	---	---	--	---	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
	<i>Гимнастические упражнения прикладного характера</i>			Обучить опорному прыжку через гимнастического козла: с разбега толчком о гимнастический мостик, прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и скок вперед. Совершенствовать передвижение по гимнастической стенке вверх, вниз, горизонтально, спиной к опоре. Совершенствовать преодолевание полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания. Разучить передвижение по наклонной гимнастической скамейке. Совершенствовать лазанье по	Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений	<ul style="list-style-type: none"> • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск, анализ, отбор необходимой информации для решения учебной задачи; • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения суждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять необходимые наблюдения и измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, 	<ul style="list-style-type: none"> • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • умение отвечать за свои поступки; • приобретение нравственно-этического опыта взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении 	

49–68	<i>Лыжная подготовка</i>	20	Комплексный	Совершенствовать передвижение на лыжах разными способами: попеременным двухшажным,	Техника выполнения поворотов, техника выполнения	Контролировать скорость передвижения на лыжах по показателям частоты сердечных сокращений.	Регулятивные: • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного	поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья
	канату в два и в три приема. Обучить упражнениям с предметами (мячами, скакалкой, гимнастической палкой и др.)			Описывать технику гимнастических упражнений направленно-направленности. Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Проявлять силу и координацию при выполнении упражнений направленно-	сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. Коммуникативные: • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия	Описывать технику гимнастических упражнений направленно-направленности. Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности. Взаимодействовать в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Проявлять силу и координацию при выполнении упражнений направленно-			

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
				одновременным, одношаговым, одновременным, двухшаговым ходом; чередование шагов и ходов во время передвижения на лыжах. Обучить поворотам передвижения, панием в движении, спускам в осевой стойке, подъемам «получелочкой», «лесенкой» и «елочкой», ступающим и скользящим шагом. Обучить торможению палками, «плугом», боковым скальзыванием. Разучить прохождение дистанции 1 – 2 км. Разучить прохождение дистанций 100 м, 200 м и 300 м	<p>спусков, техника выполнения подъема, техника выполнения лыжных ходов, техника базовых способов передвижения на коньках</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявлять выносливость при прохождении тренировки вочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p>	<ul style="list-style-type: none"> учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; различать способ и результат действия; осуществлять итоговый контроль и контроль результатов на каждой этап решения поставленной задачи; анализировать и объективно оценивать эффективность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников, родителей и других людей; корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. 	<p>отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> формирование начальных представлений о наиболее важных значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традициях народов, национальных героях и выдающихся спортсменах России, своего края, населенного пункта; стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, села, города; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; умение отвечать за свои поступки; 	

	Конь-кобзюсная подготовка				<p>Моделировать технику базовых способов передвижения на коньках.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике передвижения на коньках.</p> <p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций различными способами передвижения.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятий конькобежной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику выполнения скользяния, поворотов, торможения.</p> <p>Осваивать технику скользяния, поворотов, торможения.</p> <p>Проявлять координацию при передвижении на коньках</p>	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск, анализ, отбор необходимой информации для решения учебной задачи; • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять необходимые наблюдения и измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействия со сверстниками на принципах уважения и 	<ul style="list-style-type: none"> • приобретение нравственно-этического опыта взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	
--	----------------------------------	--	--	--	--	--	---	--

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
							доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы;	
						<ul style="list-style-type: none"> • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 		
69—78	Плавание <i>Стили плавания</i> Плавание провольными стилями	10	Комплексный	Разучить различные способы плавания: кроль на груди; кроль на спине. Разучить проплывание учебных дистанций произвольным стилем	Кроль на спине Соблюдать правила поведения в воде. Осваивать плавание кролем на груди и на спине. Проявлять выносливость при проплывании учебной дистанции	Регулятивные: <ul style="list-style-type: none"> • планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения Поставленной задачи, организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности; <ul style="list-style-type: none"> • различать способ и результат действия; • осуществлять итоговый контроль и контроль результатов на каждом 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту; • формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традициях народов, национальных героях и 	

		<p>этапе решения поставленной задачи;</p> <ul style="list-style-type: none"> • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск, анализ, отбор необходимой информации для решения учебной задачи; • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; 								

выдающихся спортсменам России, своего края, населенного пункта;

- стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, села, города;
- формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки;
- самоанализ и самоконтроль результата, ответственности результатов требованиям конкретной задачи;
- установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала;
- формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности;

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	Личностные результаты	
							<ul style="list-style-type: none"> • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<ul style="list-style-type: none"> • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	
25–27, 89–94	<i>Подготовка и тактика туристического похода</i>	9	Комплексный	Обучить технических приемам передвижения на местности и преодоления естественных препятствий	Ориентирование на местности	Применять приемы ориентирования на местности при передвижении по маршруту и в пешеходных прогулках. Осваивать приемы передви-	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать свои действия в соответствии с учебными заданиями, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; • учитывать установленные правила в планировании 	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, 	

	<p>жения на местности и преодоления естественных препятствий. Соблюдать правила поведения во время прогулок (в лесу, на водоеме) и туристических походов</p>	<p>нии и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • различать способ и результат действия; • осуществлять итоговый контроль и контроль результатов на каждом этапе решения поставленной задачи; <ul style="list-style-type: none"> • анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, ответственность полученных результатов требованиям поставленной задачи; • адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников, родителей и других людей; • корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок; • совершенствовать результаты с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей. <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск, анализ, отбор необходимой информации для решения учебной задачи; • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жан- 	<p>в том числе физической культуре и спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование начальных представлений о наиболее значимых страницах истории физической культуры и спорта, спортивных традициях народов, национальных героях и выдающихся спортсменах России, своего края, населенного пункта; • стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, сел, села, города; • формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • умение отвечать за свои поступки; • приобретение нравственно-этического опыта взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми
--	--	---	---

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
						<p>ров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации;</p> <ul style="list-style-type: none"> • планировать и осуществлять необходимые наблюдения и измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы; • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<p>в соответствии с объективными нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной деятельности; • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья 	

№ п/п уроков	Тема уроков	Кол-во часов	Тип уроков	Целевая установка уроков	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Дата проведения (план/факт)
					Понятия	Предметные результаты	Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)	
				выносливость и координацию. Обучить играм: «На буксире», «Кто дальше скатится с горки», «Ловкие повороты»	соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности	Познавательные: • осуществлять поиск, анализ, отбор необходимой информации для решения учебной задачи; • соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; • овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения суждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации; • планировать и осуществлять необходимые наблюдения и измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ; • овладевать логическими операциями анализа, синтеза, обобщения, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей; • ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.	в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; умение отвечать за свои поступки; • приобретение нравственно-этического опыта взаимодействия со сверстниками, детьми других возрастов, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; • самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; • установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала; • формирование самооценки на основе критериев успешности учебной и	
	<i>На материале конькобежной подготовки</i>			Повторить эстафеты в передвижениях на коньках, упражнения на выносливость и координацию (долгое скольжение, скольжение «цаплей», «ласточкой». Обучить играм: «Преследование по кругу», «Карусель»	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Осваивать технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Управлять эмоциями во время учебной			
	<i>На материале плавания</i>			Обучить игре: «Тонка мячей»				
	<i>На материале спортивных игр</i>			Футбол. обучить играм: «Преследование с мячом», «Точная передача».				

	Спор- тивные игры		<p>Баскетбол: обучить играм: «Поймай мяч», «Меткий стрелок», «10 передач».</p> <p>Волейбол: обучить игре «Пионербол».</p> <p>Волейбол: разучить прием мяча снизу двумя руками, отбивание мяча через сетку двумя руками сверху, кулаком снизу.</p> <p>Обучить передаче мяча в парах на месте и в движении.</p> <p>Футбол: разучить ведение мяча по дуге, с остатками, между стойками, обводку стоек.</p> <p>Баскетбол: разучить броски после ведения и остановки, ловлю мяча в движении, передачу мяча в движении</p>	<p>и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы;</p> <ul style="list-style-type: none"> • овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог; • соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия 	<p>спортивной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья
--	----------------------------------	--	---	--	---	--

Учебно-методическое издание

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К УЧЕБНИКАМ В.Я. БАРЫШНИКОВА, А.И. БЕЛОУСОВА
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1—4 классы

Авторы-составители
Воробьева Елена Сергеевна
Андрюхина Татьяна Владимировна

Редактор *М.И. Устюжанина*
Художественный редактор *С.Н. Якубовский*
Корректор *Л.Н. Федосеева*
Верстка *Ю.А. Костиной*

Подписано в печать 14.12.11. Формат 84 x 108/16.

Бумага офсетная. Печать офсетная.

Усл. печ. л. 10,92. Тираж 2000 экз. Заказ

ООО «Русское слово — учебник».
125009, Москва, ул. Тверская, д. 9/17, стр. 5.
Тел.: (495) 969-24-54, 658-66-60.

ISBN 978-5-91218-271-6



9 785912 118271 6