

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Борчанская средняя общеобразовательная школа»  
Валуйского района Белгородской области**

<b>«Рассмотрено»</b> Протокол методического совета МОУ «Борчанская СОШ » Валуйского района Белгородской области № 1 от 28.08.2023	<b>«Согласовано»</b> Заместитель директора МОУ «Борчанская СОШ » Валуйского района Белгородской области  Теплякова Ю.С. .	<b>«Утверждаю»</b> Директор МОУ «Борчанская СОШ» Валуйского района Белгородской области Коломышева Л.Я. Приказ №87-од от 29.08.2023 
---	---	---

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
3-4 классы**

**Составитель:  
физической культуры  
Строжевская О.А.**

2023 г.

**Календарно – тематическое планирование 3 класс.**

**Количество часов по учебному плану: 68 ч.**

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов	Сроки прохождения	Характеристики основных видов деятельности обучающихся			Примечание
				Личностные УУД	Метапредметные УУД	Предметные УУД	
<b>Раздел: лёгкая атлетика-8 часов</b>							
1.	Вводный инструктаж по Т.Б. Легкая атлетика. Инструктаж по Т.Б № .Разновидности ходьбы. Игра: «Пятнашки».	1	5.09	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.	
2.	Когда и как возникли физкультура и спорт. Челночный бег 3х10м. Игра: «Совушка».	1	7.09	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
3.	Бег на короткие дистанции 30м, 60м. Прыжок в длину с места. Игра: «Вызов номеров».	1	12.09	Проявлять положительные качества личности и	планировать собственную деятельность,	представлять лёгкую атлетику как средство	

				управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	
4.	Современные олимпийские игры. Бег 60м. Преодоление препятствий. «Встречная эстафета».	1	14.09	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
5.	Входной контроль. Прыжки в длину с места. Спринтерский бег 30м, 60м. Игра: «Зайцы в огороде».	1	19.09	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий лёгкой атлетикой.	
6.	Опорно-двигательный аппарат.	1	<b>21.09</b>	Проявлять	технически	бережно	

	Прыжки в длину с места -учет Прыжки в длину с разбега. Метание малого мяча с места на дальность. Игра: «Кто дальше бросит».			дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;	обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий.	
7.	Метание малого мяча в цель и на дальность. Бег 60м. Игра: «Точный расчёт». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег	1	26.09	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
8.	Физические способности. Равномерный бег 1000м. Метание мяча. Метание мяча на дальность-учет. Игра: «Метко в цель». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча	1	28.09	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.	
<b>Раздел: подвижные и спортивные игры – 12 часов</b>							
9.	Подвижные и спортивные игры. Лапта. Инструктаж по Т.Б.№ . Правила игры. Игра в лапту.	1	3.10	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на	планировать собственную деятельность, распределять	оказывать посильную помощь и моральную	

				принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
10.	Твой спортивный уголок. Ловля и передачи мяча. Учебная игра в лапту.	1	5.10	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий по лапте.	
11.	Твои физические способности. Челночный бег 3х10м. Передачи мяча. Игра в лапту.	1	10.10	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.	
12.	Правила игры. Разучивание удара битой по мячу с собственного подбрасывания. Игра в лапту.	1	17.10	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий	управлять эмоциями при общении со сверстниками и	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения	

				язык и общие интересы;	взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
13.	Подвижные и спортивные игры. Метание мяча в цель. Игра: «Мяч капитану».	1	<b>19.10</b>	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
14.	Эстафеты без предметов и с предметами. Игра «Охотники и утки», «Зайцы в огороде».	1	<b>24.10</b>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
15.	Сердце и кровеносные сосуды. Метание мяча в цель. Эстафеты с ловлей и передачей мяча.	1	<b>26.10</b>	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных	

					занятий;	условиях.	
16.	Органы чувств. Эстафеты без предметов и с предметами. Игра «Охотники и утки».	1	7.11	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
17.	Техника метания. Метание на дальность. Игры: «Кто дальше бросит», «Точный расчёт».	1	9.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
18.	Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Игры «Кто дальше бросит», «Метко в цель».	1	14.11	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных	

					оборудования, организации места занятий;	изменяющихся, вариативных условиях.	
19.	Играем все. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты с мячами.	1	16.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
20.	Эстафеты с мячами. Игры-«Быстро и точно», «Подвижная цель».	1	16.11	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и подготовки человека.	
<b>Раздел: гимнастика-12 часов</b>							
21.	Гимнастика. Инструктаж по Т.Б. № . Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты).	1	21.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения гимнастических упражнений, анализировать и находить ошибки,	

						эффективно их исправлять.	
22.	Теория (Утренняя гимнастика). Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты).	1	23.11	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
23.	Теория (ОРУ). Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты).	1	28.11	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.	
24.	Эстафеты с элементами гимнастики. Перестроение из двух шеренг в два круга – учет.	1	30.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	выполнять акробатические и гимнастические комбинации.	

25.	Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты). Висы и упоры.	1	5.12	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	находить отличительные особенности в выполнении висов и упоров разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.	
26.	Теория (Физкультминутка). Висы и упоры. Эстафеты с элементами акробатики.	1	7.12	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;	выполнять акробатические и гимнастические комбинации на техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения.	
27.	Висы и упоры. Комбинация из изученных элементов акробатики.	1	12.12	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения соревнований по гимнастике.	

28.	Подтягивание в висе – учет. Эстафеты с кувирками, лазаньем и перелезанием.	1	14.12	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
29.	Осанка. Перелезание через препятствия. Эстафеты. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1	19.12	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	находить отличительные особенности в выполнении навыков лазанья и перелезания разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.	
30.	Теория (Упражнения в равновесии). Эстафеты с лазаньем и перелезанием. <b>Промежуточный контроль.</b>	1	21.12	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся,	

						вариативных условиях.	
31.	Танцевальные шаги. Преодоление гимнастической полосы препятствий.	1	26.12	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.	
32.	Лазанье по канату. Опорные прыжки. Эстафеты с элементами акробатики.	1	28.12	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	факты истории развития гимнастики, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.	

**Раздел: лыжная подготовка-14 час**

33.	Лыжная подготовка. Инструктаж по Т.Б № . . . Попеременный двухшажный ход.	1	9.01	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях	представлять лыжную подготовку как средство укрепления здоровья, физического развития и	
-----	---	---	------	---	--	---	--

					человека;	физической подготовки человека.	
34.	Значение занятий физкультурой на свежем воздухе (Т). Передвижение попеременным двухшажным ходом.	1	11.01	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий лыжами.	
35.	Санный поезд. Проскользни на лыжах. Игра «Два Мороза».	1	16.01	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
36.	Передвижения попеременным двухшажным ходом (Т). Дистанция 2 км. Игра «Кто быстрее».	1	18.01	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности	выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в	

					инвентаря и оборудования, организации места занятий;	игровой и соревновательной деятельности.	
37.	Стойки лыжника при спусках. (Т). Повороты переступанием в движении, подъём «лесенкой». Эстафеты.	1	23.01	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения подъёмов и спусков, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	
38.	Закаливание. Игра: «Кто дальше уедет после спуска», лыжная эстафета 4x100м.	1	25.01	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	
39.	Передвижение попеременным двухшажным ходом (2 км). Подъём «лесенкой», «ёлочкой».	1	30.01	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,	технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и	

				взаимопомощи и соперничества;	спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;	соревнований по лыжным гонкам.	
40.	Личная гигиена. Спуск с пологого склона. Повороты переступанием в движении. Игра «Собери флажки».	1	1.02	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств.	
41.	Теория (Все на лыжи). Метание снежков в цель и на дальность. Игра «Кто дальше уедет после спуска».	1	6.02	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.	
42.	Закаливание. Игры «Провези санки по дорожке», «Саный поезд», «Стреляющий лыжник».	1	8.02	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях	выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной	

					человека;	деятельности.	
43.	Передвижение попеременным двухшажным ходом до 2 км, спуски, подъёмы, повороты изученными способами.	1	13.02	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий при передвижениях на лыжах, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	
44.	Игры «Стреляющий лыжник», «Кто дальше уедет после спуска». Метание снежков на дальность. Катание с горки на санках.	1	15.02	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и	

						способы их устранения.	
45.	Передвижение попеременным двухшажным ходом до 2,5км. Игра «Чей веер лучше».	1	20.02	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий в лыжных гонках.	
46.	Лыжная эстафета 4х200м. Метание снежков в цель и на дальность.	1	22.02	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий.	
<b>Раздел: подвижные и спортивные игры (баскетбол)-8 часов</b>							
47.	Подвижные и спортивные игры (баскетбол). Инструктаж по Т.Б № . Эстафеты с мячами.	1	27.02	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр.	
48.	Органы дыхания. Ловля и передача мяча двумя руками	1	29.02	Активно включаться в общение и	характеризовать явления (действия	подвижные игры как средство	

	снизу. Игра: «Послушный мяч».			взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	
49.	ОРУ с большими мячами. Стойки баскетболиста. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1	5.03	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы 7.соревнований, осуществлять их объективное судейство.	
50.	Органы пищеварения Стремительные передачи. Броски в корзину с места (попади в напольную корзину).	1	7.03	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
51.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и из-за головы. Игра «Охотники и утки».	1	12.03	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях	представлять игру баскетбол как средство укрепления здоровья, физического развития и физической	

					человека;	подготовки человека.	
52.	Первая помощь при травмах. Эстафеты с элементами баскетбола.	1	14.03	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр.	
53.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и из-за головы. Игра «Охотники и утки».	1	19.03	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	соблюдать требования техники безопасности во время соревнований.	
54.	Спортивная одежда и обувь. «Веселые старты».	1	21.03	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности.	
<b>Раздел: лёгкая атлетика – 6 часов</b>							
55.	Легкая атлетика. Инструктаж по Т.Б № . Техника прыжков в высоту с прямого разбега.	1	2.04	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми,	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы	

				(нестандартных) ситуациях и условиях;	сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	соревнований.	
56.	Теория (вода и питьевой режим). Прыжок в высоту с прямого разбега - учет.	1	4.04	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
57.	Метание малого мяча в цель с 5м. Круговая эстафета. Игра «Удочка».	1	9.04	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности при метании мяча в цель.	
58.	Эстафеты «Веселые старты». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м	1	11.04	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно	

						объяснять ошибки и способы их устранения.	
59.	Бег 30м. Метание мяча с места на дальность – учет. Игра «Совушка». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м.	1	16.04	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
60.	Самоконтроль. Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега - У . Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	1	18.04	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.	
<b>Раздел: подвижные и спортивные игры – 8 часов</b>							
61.	Лапта. Инструктаж по Т.Б № . Ловля и передачи мяча, удары битой по мячу с самоподачи.	1	23.04	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных	

				сопереживания;	оборудования, организации места занятий;	изменяющихся, вариативных условиях.	
62.	Теория (Твои физ. способности). Бег 30м. с высокого старта-тестирование. Ловля и передачи мяча, удары битой по мячу. Учебная игра.	1	25.04	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств.	
63.	Подтягивание в висе на перекладине - тестирование. Ловля и передачи мяча, осаливание, удары битой по мячу. Учебная игра.	1	2.05	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	

64.	Теория (Твой спорт.уголок). Наклон- тест. Ловля и передачи мяча, осаливание, удары битой по мячу. Учебная игра.	1	7.05	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий.	
65.	Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Игра: «Мяч капитану». Прыжок в длину с места – тест.	1	14.05	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
66.	<b>Итоговый контроль.</b> Жизненно важное умение. Эстафеты. Игра: «Охотники и утки». Теория. 6-мин. бег- тест	1	16.05	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
67.	Метание мяча в цель - соревнование. Игра: «Мяч капитану», эстафеты.	1	21.05	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения	.

				принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
68.	Метание мяча в цель - соревнование. Игра: «Мяч капитану», эстафеты.	1	23.05	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	

**Календарно – тематическое планирование 4 класс.**

**Количество часов по учебному плану: 68 ч.**

№ п\п	Тема урока	Кол-во часов	Сроки прохождения	Характеристики основных видов деятельности обучающихся			Примечание
				Личностные УУД	Метапредметные УУД	Предметные УУД	
<b>Раздел: лёгкая атлетика-8 часов</b>							

1.	Вводный инструктаж по Т.Б. Легкая атлетика. Инструктаж по Т.Б № .Разновидности ходьбы. Игра: «Пятнашки».	1	6.09	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.	
2.	Теория (Когда и как возникли физ-ра и спорт). Челночный бег 3x10м. Игра: «Совушка».	1	7.09	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
3.	Теория (Совр.олимпийские игры). Бег на короткие дистанции 30м, 60м. Прыжок в длину с места. Игра: «Вызов номеров».	1	<b>13.09</b>	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	представлять лёгкую атлетику как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	
4.	<b>Входной контроль.</b> Бег 60м. Преодоление препятствий. «Встречная эстафета».	1	14.09	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными	оказывать посильную помощь и моральную	

				поставленных целей;	образцами;	поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
5.	Опорно-двигательный аппарат. Прыжки в длину с места. Спринтерский бег 30м, 60м.	1	20.09	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий лёгкой атлетикой.	
6.	Прыжки в длину с разбега. Метание малого мяча с места на дальность. Игра: «Кто дальше бросит».	1	21.09	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий.	

7.	Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Бег 60м. Игра: «Точный расчёт».	1	27.09	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	.
8.	Физические способности. Равномерный бег 1000м. Метание мяча. Игра: «Метко в цель».	1	28.09	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.	
<b>Раздел: подвижные и спортивные игры – 12 часов</b>							
9.	Подвижные и спортивные игры. Лапта. Инструктаж по Т.Б.№ . Правила игры. Игра в лапту.	1	4.10	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	

10.	Твой спортивный уголок. Ловля и передачи мяча. Учебная игра в лапту.	1	5.10	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий по лапте.	
11.	Твои физические способности. Челночный бег 3х10м. Передачи мяча. Игра в лапту.	1	11.10	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.	
12.	Правила игры. Разучивание удара битой по мячу с собственного подбрасывания. Игра в лапту.	1	12.10	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
13.	Подвижные и спортивные игры. Инструктаж по Т.Б № . Метание мяча в цель. Игра: «Мяч капитану».	1	18.10	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения	

				принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
14.	Эстафеты без предметов и с предметами. Игра «Охотники и утки», «Зайцы в огороде».	1	<b>19.10</b>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
15.	Теория (Сердце и кров. сосуды). Метание мяча в цель. Эстафеты с ловлей и передачей мяча.	1	25.10	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
16.	Теория (Органы чувств). Эстафеты без предметов и с предметами. Игра «Охотники и утки».	1	26.10	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	

17.	Техника метания. Метание на дальность. Игры: «Кто дальше бросит», «Точный расчёт».	1	8.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
18.	Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Игры «Кто дальше бросит», «Метко в цель».	1	9.11	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
19.	Теория (Играем все). Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты с мячами.	1	15.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
20.	Эстафеты с мячами. Игры-«Быстро и точно», «Подвижная цель».	1	16.11	Проявлять положительные качества личности и управлять своими	планировать собственную деятельность, распределять	представлять физическую культуру как средство	

				эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	укрепления здоровья, физического развития и подготовки человека.	
<b>Раздел: гимнастика-12 часов</b>							
21.	Гимнастика. Инструктаж по Т.Б. № . Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты).	1	22.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения гимнастических упражнений, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	
22.	Теория (Утренняя гимнастика). Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты).	1	23.11	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
23.	Теория (ОРУ). Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты).	1	29.11	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении	

				(нестандартных) ситуациях и условиях;	освоенных знаний и имеющегося опыта;	общеразвивающих упражнений.	
24.	Эстафеты с элементами гимнастики. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1	30.11	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	выполнять акробатические и гимнастические комбинации.	
25.	Акробатические упражнения (мост, кувырки, стойки, перекаты). Висы и упоры.	1	6.12	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	находить отличительные особенности в выполнении висов и упоров разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.	
26.	Теория (Физкультминутка). Висы и упоры. Эстафеты с элементами акробатики.	1	7.12	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;	выполнять акробатические и гимнастические комбинации на техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения.	
27.	Висы и упоры. Комбинация из изученных элементов	1	13.12	Активно включаться в общение и	анализировать и объективно	взаимодействовать со	

	акробатики.			взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	сверстниками по правилам проведения соревнований по гимнастике.	
28.	Подтягивание в висе – учет. Эстафеты с кувирками, лазаньем и перелезанием.	1	14.12	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
29.	Теория (Осанка). Перелезание через препятствия. Эстафеты. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча.	1	<b>20.12</b>	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	находить отличительные особенности в выполнении навыков лазанья и перелезания разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.	

30.	Теория (Упр-я в равновесии). Эстафеты с лазаньем и перелезанием.	1	21.12	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
31.	Танцевальные шаги. Преодоление гимнастической полосы препятствий.	1	27.12	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.	
32.	Лазанье по канату. Опорные прыжки. Эстафеты с элементами акробатики.	1	28.12	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	факты истории развития гимнастики, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.	

**Раздел: лыжная подготовка-14 час**

33.	Лыжная подготовка. Инструктаж по Т.Б № . . .	1	10.01	Активно включаться в общение и	видеть красоту движений,	представлять лыжную	
-----	---	---	-------	--------------------------------	--------------------------	---------------------	--

	Попеременный двухшажный ход.			взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	подготовку как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	
34.	Значение занятий физкультурой на свежем воздухе (Т). Передвижение попеременным двухшажным ходом.	1	11.01	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий лыжами.	
35.	Санный поезд. Проскользны на лыжах. Игра «Два Мороза».	1	17.01	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	

36.	Передвижения попеременным двухшажным ходом (Т). Дистанция 2,5 км. Игра «Кто быстрее».	1	18.01	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.	
37.	Стойки лыжника при спусках. (Т). Повороты переступанием в движении, подъем «лесенкой». Эстафеты.	1	24.01	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения подъемов и спусков, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	
38.	Теория (Закаливание). Игра: «Кто дальше уедет после спуска», лыжная эстафета 4x100м.	1	25.01	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	

39.	Передвижение попеременным двухшажным ходом (2,5 км). Подъём «лесенкой», «ёлочкой».	1	31.01	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований по лыжным гонкам.	
40.	Теория (Личная гигиена). Спуск с пологого склона. Повороты переступанием в движении. Игра «Собери флажки».	1	1.02	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств.	
41.	Теория (Все на лыжи). Метание снежков в цель и на дальность. Игра «Кто дальше уедет после спуска».	1	7.02	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.	

42.	Теория (Закаливание). Игры «Провези санки по дорожке», «Саный поезд», «Стреляющий лыжник».	1	8.02	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.	
43.	Передвижение попеременным двухшажным ходом до 2,5 км, спуски, подъёмы, повороты изученными способами.	1	14.02	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий при передвижениях на лыжах, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	
44.	Теория (играем все). Игры «Стреляющий лыжник», «Кто дальше уедет после спуска».	1	15.02	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять	

						ошибки и способы их устранения.	
45.	Передвижение попеременным двухшажным ходом до 2,5км. Игра «Чей веер лучше».	11	21.02	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий в лыжных гонках.	
46.	Теория (осанка). Лыжная эстафета 4x200м. Метание снежков в цель и на дальность.	1	22.02	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий.	
<b>Раздел: подвижные и спортивные игры (баскетбол)-8 часов</b>							
47.	Подвижные и спортивные игры (баскетбол). Инструктаж по Т.Б № . Эстафеты с мячами.	1	28.02	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр.	
48.	Теория (Органы дыхания).	1	29.02	Активно включаться в	характеризовать	подвижные игры	

	Ловля и передача мяча двумя руками снизу. Игра: «Послушный мяч».			общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	
49.	ОРУ с большими мячами. Стойки баскетболиста. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1	6.03	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.	
50.	Теория (Органы пищеварения). Стремительные передачи. Броски в корзину с места .	1	7.03	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
51.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и из-за головы. Игра «Охотники и утки».	1	13.03	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и	представлять игру баскетбол как средство укрепления здоровья, физического развития и	

					передвижениях человека;	физической подготовки человека.	
52.	Теория (Первая помощь при травмах). Эстафеты с элементами баскетбола.	1	14.03	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр.	
53.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и из-за головы. Игра «Охотники и утки».	1	20.03	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	соблюдать требования техники безопасности во время соревнований.	
54.	Теория (Спортивная одежда и обувь). «Веселые старты».	1	21.03	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности.	
55.	Легкая атлетика. Инструктаж по Т.Б № . Техника прыжков в высоту с прямого разбега.	1	3.04	Проявлять положительные качества личности и управлять своими	управлять эмоциями при общении со сверстниками и	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры	

				эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;	и элементы соревнований.	
56.	Теория (вода и питьевой режим). Прыжок в высоту с прямого разбега.	1	4.04	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
57.	Метание малого мяча в цель с 5м. Круговая эстафета. Игра «Удочка».	1	10.04	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности при метании мяча в цель.	
58.	Эстафеты «Веселые старты». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м	1	11.04	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно	

					занятий;	и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
59.	Бег 30м. Метание мяча с места на дальность. Игра «Совушка». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель.	1	17.04	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	
60.	Теория (Самоконтроль). Прыжок в длину с разбега. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	1	18.04	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.	
61.	Лапта. Инструктаж по Т.Б № . Ловля и передачи мяча, удары битой по мячу с самоподачи.	1	24.04	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в	

				взаимопомощи и соперничества;	инвентаря и оборудования, организации места занятий;	различных изменяющихся, вариативных условиях.	
62.	Теория (Твои физ. способности). Бег 30м. Ловля и передачи мяча, удары битой по мячу. Учебная игра.	1	25.04	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств.	
63.	Подтягивание в висе на перекладине. Ловля и передачи мяча, осаливание, удары битой по мячу. Учебная игра.	1	2.05	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	

64.	Теория (Твой спорт.уголок). Ловля и передачи мяча, осаливание, удары битой по мячу. Учебная игра.	1	8.05	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий.	
65.	Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Игра: «Мяч капитану».	1	15.05	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
66.	<b>Итоговый контроль.</b> Жизненно важное умение. Эстафеты. Игра: «Охотники и утки».	1	16.05	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
67.	Метание мяча в цель-соревнование. Игра: «Мяч капитану», эстафеты.	1	22.05	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований	выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения	.

				принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;	ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;	различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	
68.	Эстафеты без предметов и с предметами. Игра: «Охотники и утки».	1	23.05	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	