

| № урока | Тема урока   | Тип урока       | Содержание образования  | Основные виды деятельности   | Планируемые результаты   |   |  | Дата проведения |      |
|---------|--|-----------------|---|--|--|---|--|-----------------|------|
|         |  |                 |   |  | Предметные   | Метапредметные (коммуникативные, регулятивные, познавательные)  | Личностные   | План            | Факт |
| 1       | Организационно-методические требования на уроках физической культуры     | Комбинированный | Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики» | Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики» | Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики» | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью | положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. |                 |      |
| 2       | Тестирование бега на 30 м с высокого старта Подготовка к сдаче норм ГТО. | Контрольный     | Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»                                      | Разучивание беговой разминки, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»  | Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»  | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> –   | положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а   |                 |      |

|   |   |             |  |  |   |   |  |  |  |
|---|---|-------------|--|--|---|---|--|--|--|
|   |   |             |  |  |   | использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью  | также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве |  |  |
| 3 | Тестирование челночного бега 3 x 10 м<br>Подготовка к сдаче норм ГТО.       | Контрольный | Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Собачки ногами»                                | Повторение разминки в движении, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м, разучивание подвижной игры «Собачки ногами»                                | Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Собачки ногами»                            | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;  |  |  |
| 4 | Тестирование бега на 60 м с высокого старта<br>Подготовка к сдаче норм ГТО. | Контрольный | Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Разучивание беговой разминки с мешочками, проведение тестирования бега на 60 м с высокого старта, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.<br><i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> –   | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;  |  |  |

|   |   |                 |   |   |   |  |  |  |  |
|---|---|-----------------|---|---|---|--|--|--|--|
|   |   |                 |   |   |   | использовать общие приемы решения поставленных задач<br>К:<br><i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение  |  |  |  |
| 5 | Техника прыжка в длину с разбега              | Комбинированный | Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»                         | Разучивание разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с разбега и спортивной игры «Футбол»                             | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»                       | Р Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.<br>П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения | - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.  |  |  |
| 6 | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | Контрольный     | Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки» | Разучивание разминки в движении, проведение контрольных прыжков в длину с разбега, разучивание подвижной игры «Командные собачки» | Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки» | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных                      | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих |  |  |

|   |  |                 |   |   |  |   |   |  |  |
|---|--|-----------------|---|---|--|---|---|--|--|
|   |  |                 |   |   |  | задач   | интересов.  |  |  |
| 7 | Тестирование метания малого мяча на точность<br>Подготовка к сдаче норм ГТО. | Контрольный     | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы» | Разучивание разминки с малыми мячами, проведение тестирования метания малого мяча на точность, повторение подвижной игры «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной     | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач | - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. |  |  |
| 8 | Тестирование метания малого мяча на точность                                 | Контрольный     | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы» | Разучивание разминки с малыми мячами, проведение тестирования метания малого мяча на точность, повторение подвижной игры «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной     | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач | - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. |  |  |
| 9 | Броски и ловля мяча в парах  | Комбинированный | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Защита стойки                     | Разучивание разминки с мячами, повторение техники бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижной игры «Защита стойки           | Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки» | : <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и   | <b>Взаимодействовать</b> с членами своей команды<br><b>моделировать</b> технику передачи                      |  |  |

|    |                             |                 |  |  |  |  |   |  |  |
|----|-----------------------------|-----------------|--|--|--|--|---|--|--|
|    |                             |                 |  |  |  | <p>формулировать познавательную цель.<br/> <b>К: инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>  | <p>эстафетной палочки в зависимости от задач.<br/> <b>Проявлять</b> дисциплинированность, уважение к соперникам и членам своей команды.<br/> <b>Взаимодействовать</b> с членами своей команды<br/> <b>Управлять</b> эмоциями и чётко соблюдать правила.</p> |  |  |
| 10 |                             | Комбинированный | Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита стойки»           | Повторение разминки с мячами, разучивание бросков мяча в парах на точность, проведение подвижной игры «Защита стойки»            | Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки» | <p><b>Р: планирование</b> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br/> <b>П: общеучебные</b> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br/> <b>К: инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p> | оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.   |  |  |
| 11 | Броски и ловля мяча в парах | Комбинированный | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность, подвижная игра «Капитаны» | Разучивание разминки с мячом в парах, проведение бросков и ловли мяча в парах на точность, разучивание подвижной игры «Капитаны» | Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны»      | <p><b>Р: планирование</b> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br/> <b>П: общеучебные</b> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>   | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   |  |  |

|    |                               |                 |  |   |  |   |  |  |  |
|----|-------------------------------|-----------------|--|---|--|---|--|--|--|
|    |                               |                 |  |   |  | К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач  |  |  |  |
| 12 | Подвижная игра «Осада города» | Комбинированный | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада города» | Разучивание разминки с массажными мячами, повторение бросков и ловля мяча у стены в парах, повторение подвижной игры «Осада города» | Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города» | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;  |  |  |
| 13 | Броски и ловля мяча           | Комбинированный | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города»                 | Повторение разминки с массажными мячами, проведение бросков и ловли мяча и подвижной игры «Осада города»                            | Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города»   | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения   | умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям ; - соблюдать технику безопасности |  |  |

|    |              |   |   |  |  |   |   |  |  |
|----|--------------|---|---|--|--|---|---|--|--|
|    |              |   |   |  |  |   | на уроке, в школе, вне школы;   |  |  |
| 14 | Ведение мяча | Повторение и закрепление изученного материала | Разминка с мячом, варианты ведения мяча, подвижная игра «Штурм» | Повторение разминки с мячом, различных вариантов ведения мяча и подвижной игры «Штурм» | Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм» | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения   | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. |  |  |
| 15 | Ведение мяча | Повторение и закрепление изученного материала | Разминка с мячом, варианты ведения мяча, подвижная игра «Штурм» | Повторение разминки с мячом, различных вариантов ведения мяча и подвижной игры «Штурм» | Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм» | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. |  |  |

|    |  |   |  |   |  |   |   |  |  |
|----|--|---|--|---|--|---|---|--|--|
| 16 | Подвижные игры                               | Повторение и закрепление изученного материала | Беговая разминка, подвижные игры, итоги четверти   | Проведение беговой разминки и 2—3 игр, выбранных по желанию учеников, подведение итогов четверти                                    | Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти                          | Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.<br>П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения  | - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.                   |  |  |
| 17 | Кувырок Вперед                               | Комбинированный                               | Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов, подвижная игра «Удочка»                | Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с места и с трех шагов, повторение подвижной игры «Удочка»         | Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка»                  | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой; |  |  |
| 18 | Кувырок вперед с разбега и через препятствие | Комбинированный                               | Разминка на матах, кувырок вперед с места, с разбега, через препятствие, подвижная игра «Удочка» | Повторение разминки на матах, совершенствование техники кувырка вперед как с места, так и с разбега и через препятствие, проведение | Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.  | хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм   |  |  |



|    |               |                 |   |   |  |   |   |  |  |
|----|---------------|-----------------|---|---|--|---|---|--|--|
|    |               |                 |   | подвижной игры «Удочка»   | «Удочка»   | П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии   | и представлений посредством занятий физической культурой;   |  |  |
| 19 | Зарядка       | Комбинированный | Зарядка, техника различных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» | Разучивание зарядки, совершенствование техники выполнения различных вариантов кувырка вперед, проведение подвижной игры «Мяч в туннеле»               | Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой; |  |  |
| 20 | Кувырок назад | Комбинированный | Зарядка, кувырок назад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»              | Повторение зарядки и техники выполнения кувырка назад, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле» | Знать правил;! выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»           | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-   | хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений   |  |  |

|    |                          |                 |   |  |  |   |  |  |  |
|----|--------------------------|-----------------|---|--|--|---|--|--|--|
|    |                          |                 |   |  |  | <p>символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br/> <i>К: планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия;<br/>         координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>  | <p>посредством занятий физической культурой;</p>   |  |  |
| 21 | Стойка на голове и руках | Комбинированный | Зарядка, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты» | Проведение зарядки с помощью учеников, повторение техники выполнения стойки на голове и руках, проведение подвижной игры «Парашютисты» | Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | <p><i>Р: планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br/> <i>П: знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br/> <i>К: планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия;<br/>         координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p> | <p>хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;</p> |  |  |
| 22 | Стойка на голове и руках | Комбинированный | Зарядка, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты» | Проведение зарядки с помощью учеников, повторение техники выполнения стойки на голове и руках, проведение подвижной игры «Парашютисты» | Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | <p><i>Р: планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br/> <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью</p>   | <p>хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий</p>                       |  |  |

|    |  |                 |   |   |  |   |  |  |  |
|----|--|-----------------|---|---|--|---|--|--|--|
|    |  |                 |   |   |  | обнаружения отклонений и отличий от эталона.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии   | физической культурой;<br>- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. |  |  |
| 23 | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека | Комбинированный | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты» | Знакомство с гимнастикой, ее историей и значением в жизни человека, проведение зарядки с гимнастическими палками с помощью учеников, совершенствование техники выполнения стойки на голове и руках, повторение подвижной игры «Парашютисты» | Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;        |  |  |
| 24 | Висы   | Комбинированный | Разминка на матах с мячом, висы, подвижная игра «Ловля обезьян»   | Повторение разминки на матах с мячом, выполнение различных вариантов висов, проведение подвижной игры «Ловля обезьян»   | Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян»   | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.  | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении  |  |  |

|    |                                |                 |  |  |   |  |  |  |  |
|----|--------------------------------|-----------------|--|--|---|--|--|--|--|
|    |                                |                 |  |  |   | <p>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.</p> <p>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>   | поставленных целей;  |  |  |
| 25 | Лазанье по канату в два приема | Комбинированный | Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен» | Разучивание разминки со скакалками, лазанья по канату в два приема, повторение лазанья по канату в три приема и прыжков в скакалку в тройках, проведение подвижной игры «Будь осторожен» | Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен» | <p>Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p> | красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений; |  |  |
| 26 | Лазанье по канату в два приема | Комбинированный | Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь            | Разучивание разминки со скакалками, лазанья по канату в два приема, повторение лазанья по канату в три приема  | Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры                  | <p>Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.</p>  | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении                                    |  |  |

|    |                                     |                 |   |  |   |   |  |  |  |
|----|-------------------------------------|-----------------|---|--|---|---|--|--|--|
|    |                                     |                 | осторожен»  | и прыжков в скакалку в тройках, проведение подвижной игры «Будь осторожен»   | «Будь осторожен»  | П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии   | поставленных целей;  |  |  |
| 27 | Упражнения на гимнастическом бревне | Комбинированный | Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» | Разучивание разминки на гимнастических скамейках, проведение упражнений на гимнастическом бревне, разучивание подвижной игры «Салки и мяч» | Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;    |  |  |
| 28 | Упражнения на гимнастическом бревне | Комбинированный | Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» | Разучивание разминки на гимнастических скамейках, проведение упражнений на гимнастическом бревне, разучивание подвижной игры «Салки и мяч» | Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.<br>П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные   | - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по |  |  |

|    |   |                 |   |  |   |   |   |  |  |
|----|---|-----------------|---|--|---|---|---|--|--|
|    |   |                 |   |  |   | способы решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения  | физической культуре.  |  |  |
| 29 | Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками | Комбинированный | Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты на лыжах переступанием | Повторение техники передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, а также поворотов переступанием | Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах | Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.<br>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   |  |  |
| 30 | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах  | Комбинированный | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком                                 | Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, повторение поворотов на лыжах прыжком                         | Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком                 | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия  | положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для |  |  |

|    |                                      |                 |   |   |   |  |  |  |  |
|----|--------------------------------------|-----------------|---|---|---|--|--|--|--|
|    |                                      |                 |   |   |   | физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью   | удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.   |  |  |
| 31 | Попеременный одношажный ход на лыжах | Комбинированный | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне | Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правил обгона на лыжне | Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне | Р.: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке.<br>П.: давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе.<br>К.: осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь. | умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям ; - соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы; |  |  |
| 32 | Попеременный одношажный ход на лыжах | Комбинированный | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне | Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правил обгона на лыжне | Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на       | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.  | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной  |  |  |

|    |   |                 |   |  |  |  |  |  |  |
|----|---|-----------------|---|--|--|--|--|--|--|
|    |   |                 |   |  | лыжне  | К.: Соблюдать правила безопасности.  | помощи своим сверстникам   |  |  |
| 33 | Одновременный одношажный ход на лыжах                                       | Комбинированный | Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне              | Повторение ранее изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне | Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне                    | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности. | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам |  |  |
| 34 | Одновременный одношажный ход на лыжах                                       | Комбинированный | Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне              | Повторение ранее изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне | Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне                    | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности. | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам |  |  |
| 35 | Подъем на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуск в основной стойке на лыжах | Комбинированный | Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке | Повторение ранее изученных лыжных ходов, подъема на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуска в основной стойке на лыжах   | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом» | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности. | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам |  |  |



|    |   |                 |   |  |  |  |  |  |  |
|----|---|-----------------|---|--|--|--|--|--|--|
| 36 | Подъем на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуск в основной стойке на лыжах | Комбинированный | Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке   | Повторение ранее изученных лыжных ходов, подъема на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуска в основной стойке на лыжах                 | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом» | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности. | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам |  |  |
| 37 | Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах                    | Комбинированный | Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом» | Повторение лыжных ходов, подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом» | Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»  | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности. | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам |  |  |
| 38 | Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах                    | Комбинированный | Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом» | Повторение лыжных ходов, подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом» | Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»  | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности. | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам |  |  |
| 39 | Передвижение и спуск на лыжах   | Комбинированный | Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск  | Повторение лыжных ходов, различных вариантов подъема на склон, торможения «плугом»,  | Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона  | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.   | проявление дисциплинированности, трудолюбие и  |  |  |

|    |   |                 |  |  |   |   |   |  |  |
|----|---|-----------------|--|--|---|---|---|--|--|
|    | «змейкой»   |                 | со склона на лыжах «змейкой»   | проведение передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»  | «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»  | П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности.  | упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам                      |  |  |
| 40 | Прохождение дистанции 2 км на лыжах<br>Подготовка к сдаче норм ГТО. | Комбинированный | Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободное катание | Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, катания со склона в низкой стойке и свободного катания | Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «На-каты» и «Под-ними предмет» | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.<br>К.: Соблюдать правила безопасности.  | - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. |  |  |
| 41 | Контрольный урок по лыжной подготовке                               | Контрольный     | Лыжные ходы, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой»,        | Повторение ранее изученных лыжных ходов, техники передвижения на лыжах «змейкой»,                      | Знать, как передвигаться на лыжах различными  | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач | оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.             |  |  |
| 42 | Прыжок в высоту с прямого разбега                                   | Комбинированный | Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега,        | Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту                  | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила   | Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.   | - умение максимально проявлять физические   |  |  |

|    |  |                 |   |  |   |  |  |  |  |
|----|--|-----------------|---|--|---|--|--|--|--|
|    |  |                 | подвижная игра «Вышибалы с кеглями»   | с прямого разбега, проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»  | подвижной игры «Вышибалы с кеглями»   | П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач | качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.  |  |  |
| 43 | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | Комбинированный | Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»                 | Повторение разминки с гимнастическими скамейками и прыжка в высоту с прямого разбега, проведение прыжков в высоту способом «перешагивание», разучивание подвижной игры «Вышибалы с ранением» | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»           | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.<br>К.: соблюдать правила безопасности.                 | умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям ; - соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы; |  |  |
| 44 | Знакомство с опорным прыжком             | Комбинированный | Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыжок в высоту спиной вперед, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хобах» | Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, повторение прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование прыжка в высоту способом «перешагивание», знаком-             | Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хобах» | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелатель  |  |  |

|    |                                      |                 |   |   |  |  |  |  |  |
|----|--------------------------------------|-----------------|---|---|--|--|--|--|--|
|    |                                      |                 |   | ство с опорным прыжком, проведение  |  | К.: соблюдать правила безопасности.  | ности, взаимопомощи и сопереживания  |  |  |
| 45 | Опорный прыжок                       | Комбинированный | Разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хобах» | Разучивание разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, повторение техники опорного прыжка и подвижной игры «Ловишка на хобах»                  | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хобах»                          | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.<br>К.: соблюдать правила безопасности.   | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 46 | Контрольный урок по опорному прыжку  | Контрольный     | Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра                    | Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, совершенствование техники опорного прыжка, проведение подвижной игры по желанию учеников | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной подвижной игры                                   | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.<br>К.: соблюдать правила безопасности.   | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 47 | Броски мяча через волейбольную сетку | Комбинированный | Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»             | Разучивание разминки с мячом, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»                     | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку» | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.<br><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,                              |  |  |

|    |                            |  |   |  |  |  |   |  |  |
|----|----------------------------|--|---|--|--|--|---|--|--|
|    |                            |  |   |  |  | <p>П.: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>К.: соблюдать правила безопасности.</p>   | <p>взаимопомощи и сопереживания умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.</p> |  |  |
| 48 | Подвижная игра «Пионербол» | Урок повторения и закрепления изученного материала | Разминка с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча, подвижная игра «Пионербол» | Повторение разминки с мячом, совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку и ловли мяча, повторение подвижной игры «Пионербол» | Знать технику выполнения бросков мяча через сетку, варианты ловли мяча, правила              | <p>Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.</p> <p>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры деятельности.</p> <p>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий баскетбола</p> | <p>активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>   |  |  |
| 49 | Упражнения с мячом         | Комбинированный                                    | Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол»                       | Разучивание разминки с мячом и упражнений с мячами в парах, повторение подвижной игры «Пионербол»  | Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол» | <p>Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха.</p> <p>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>К.: соблюдать правила безопасности.</p>   | <p>активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и</p>                 |  |  |

|    |  |                 |   |  |   |   |  |  |  |
|----|--|-----------------|---|--|---|---|--|--|--|
|    |  |                 |   |  |   |   | сопереживания  |  |  |
| 50 | Волейбольные упражнения  | Комбинированный | Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»   | Повторение разминки с мячом, проведение волейбольных упражнений и подвижной игры «Пионербол»   | Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»   | Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.<br>К.: соблюдать правила безопасности.   | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 51 | Контрольный урок по волейболу  | Контрольный     | Разминка с мячом в движении, умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»  | Разучивание разминки с мячом в движении, контрольная проверка умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»   | Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»   | Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.<br>К.: соблюдать правила безопасности.   | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 52 | Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» | Комбинированный | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», подвижная игра «Точно в цель» | Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы», проведение подвижной игры «Точно в цель» | Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель» | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |

|    |  |  |   |   |  |   |  |  |  |
|----|--|--|---|---|--|---|--|--|--|
|    |  |  |   |   |  | технический действий волейбола.   |  |  |  |
| 53 | Броски набивного мяча правой и левой рукой                             | Урок повторения и закрепления изученного материала | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»  | Повторение разминки с набивным мячом, техники броска набивного мяча правой и левой рукой, проведение подвижной игры «Точно в цель»  | Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель» | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры деятельности.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола. | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 54 | Тестирование виса на время   | Контрольный  |   |   |  | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры деятельности.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий волейбола. | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 55 | Тестирование наклона из положения стоя<br>Подготовка к сдаче норм ГТО. | Контрольный  | Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона из положения стоя | Повторение разминки с гимнастическими палками и правил спортивной игры «Гандбол», проведение тестирования наклона из положения стоя | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол»  | Р.: уважительно относиться к партнеру.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе игры   | находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и   |  |  |

|    |  |             |   |  |  |   |  |  |  |
|----|--|-------------|---|--|--|---|--|--|--|
|    |  |             |   |  |  |   | игровой деятельности.  |  |  |
| 56 | Тестирование прыжка в длину с места<br>Подготовка к сдаче норм ГТО.                | Контрольный | Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»                        | Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, тестирования по прыжкам в длину с места и спортивной игры «Гандбол»   | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»                                | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий в футболе | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 57 | Тестирование подтягиваний и отжиманий<br>Подготовка к сдаче норм ГТО.              | Контрольный | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий, спортивная игра «Гандбол»                     | Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, проведение подтягиваний и отжиманий и спортивной игры «Гандбол»   | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол»                              | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий в футболе | активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания |  |  |
| 58 | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с<br>Подготовка к сдаче норм | Контрольный | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Баскетбол» | Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, повторение спортивной игры «Баскетбол» | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры «Баскетбол» | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в   | проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных   |  |  |



|    |                          |             |   |   |  |   |   |  |  |
|----|--------------------------|-------------|---|---|--|---|---|--|--|
|    | ГТО.                     |             |   | кетбол»   |  | процессе игровой деятельности.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий в футболе  | (нестандартных) ситуациях и условиях;   |  |  |
| 59 | Баскетбольные упражнения | Контрольный | Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Разучивание разминки с мячом, проведение баскетбольных упражнений, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол» | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.<br>П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения  | умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.   |  |  |
| 60 | Баскетбольные упражнения | Контрольный | Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Разучивание разминки с мячом, проведение баскетбольных упражнений, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол» | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное</i> | положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и |  |  |

|    |                             |                 |  |  |   |   |   |  |  |
|----|-----------------------------|-----------------|--|--|---|---|---|--|--|
|    |                             |                 |  |  |   | <i>сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью  | потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве.  |  |  |
| 61 | Спортивная игра «Баскетбол» | Комбинированный | Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Разучивание разминки с мячом в движении, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол» | Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. |  |  |
| 62 | Беговые упражнения          | Комбинированный | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики»                 | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики»   | Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики»          | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко  | проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам,   |  |  |

|    |   |             |  |  |   |   |   |  |  |
|----|---|-------------|--|--|---|---|---|--|--|
|    |   |             |  |  |   | характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью  | нахождение с ними общего языка и общих интересов.   |  |  |
| 63 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта                         | Контрольный | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ножной мяч»            | Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, разучивание подвижной игры «Ножной мяч»  | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч»                                 | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. |  |  |
| 64 | Тестирование челночного бега 3 x 10 м Подготовка к сдаче норм ГТО.м | Контрольный | Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Разучивание беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы  | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной   |  |  |

|    |   |                 |   |  |  |  |   |  |  |
|----|---|-----------------|---|--|--|--|---|--|--|
|    |   |                 |   |  |  | решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью   | помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.   |  |  |
| 65 | Тестирование метания малого мяча на даль<br>Подготовка к сдаче норм ГТО.ность | Контроль        | Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Флаг на башне» | Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мешочка на дальность и подвижной игры «Флаг на башне» | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры «Флаг на башне» | Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.<br>П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.<br>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   |  |  |
| 66 | Футбольные упражнения   | Комбинированный | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»                          | Разучивание разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол»                         | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»                   | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.<br>П.: применять беговые упражнения для развития физических качеств.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.  | проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, |  |  |

|    |   |  |  |   |  |   |  |  |  |
|----|---|--|--|---|--|---|--|--|--|
|    |   |  |  |   |  |   | трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   |  |  |
| 67 | Спортивная игра «Футбол»                          | Урок повторения и закрепления изученного материала | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «футбол»                   | Повторение разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол»                               | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | Р.: уважительно относиться к партнеру.<br>П.: моделировать технику игровых действий и приемов.<br>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе игры   | находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.   |  |  |
| 68 | Бег на 1000 м<br><br>Подготовка к сдаче норм ГТО. | Контрольный  | Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол» | Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол» | Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»   | Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.<br>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.<br>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью | положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом |  |  |

**4. Ресурсное обеспечение рабочей программы**ГОДОВОЙ ПЛАН-ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА  
ДЛЯ 4 КЛАССА

| п/№ | Вид программного материала         | Кол-во часов | Кол-во контрольных работ |
|-----|------------------------------------|--------------|--------------------------|
| 1   | Знания о физической культуре       | 2            | 1                        |
| 2   | Легкая атлетика                    | 18           | 12                       |
| 3   | Подвижные и спортивные игры        | 20           | 2                        |
| 4   | Гимнастика с элементами акробатики | 12           | 9                        |
| 5   | Лыжная подготовка                  | 16           | 1                        |
| 6   | Всего часов:                       | 68           | 25                       |