**Календарно - тематическое планирование по физической культуре 4 класс 102ч**

Так как в 4 четверти 3 класса была проведена корректировка часов в учебно-тематическом планировании путем объединения тем, то в 4 классе целесообразнее провести актуализацию знаний по темам: «Гимнастика с основами акробатики», «Спортивные игры», «Легкая атлетика», «Плавание». Тема «Плавание» была рекомендована на самостоятельное, летнее изучение»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Изучаемый раздел, тема учебного материала** | **Количество**  **часов** | | **Календарные сроки** | **Фактические сроки** | | **Формирование универсальных учебных действий (УУД)** | | **Характеристика деятельности учащихся** | | | | | | | | | **КИМ** | | |
| **I четверть (25 ч.) Легкая атлетика (10ч)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Вводный урок. Техника безопасности. Ходьба под счет. **Беседа**: «Когда и как возникли физическая культура и спорт». | | 1 |  | |  | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   **Метапредметные результаты:**   * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; * выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности. | | | | | | | | | **Сравнивают** физкультуру и спорт эпохи Античности с современной физкультурой и спортом. Называют движения, которые выполняют первобыт­ные люди на рисунке.  **Усваивают** основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение.  **Взаимодействуют** со сверстниками в процессе освое­ния беговых и прыжковых упражнений, при этом со­блюдают правила безопасности.  **Демонстрируют** вариативное выполнение беговых упражнений.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Выбирают** индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний. | | | текущий  беседа | | |
| 2. | Ходьба на носках, на пятках. ОРУ | | 1 |  | |  | текущий | | |
| 3. | Обычный бег. Учет по бегу на 30м. ОРУ | | 1 |  | |  | Контроль по бегу 30м. | | |
| 4. | Бег с ускорением. ОРУ | | 1 |  | |  | текущий | | |
| 5. | Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Подвижная игра «Лисы и куры». | | 1 |  | |  | текущий | | |
| 6. | Бег с прыжками и с ускорением. ОРУ. Подвижная игра «Коршун, курочка и цыплята». | | 1 |  | |  | текущий | | |
| 7. | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. ОРУ. Учет по прыжкам в длину. | | 1 |  | |  | **Личностные результаты**  • развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обуча­ющего;  • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нор­мах, социальной справедливости и свободе;  **Метапредметные результаты**  • овладение способностью принимать и сохранять цели и за­дачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;  • определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совмест­ной деятельности;  **Предметные результаты**  •овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность);  •формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагру­зок. | | | | | | | | | **Закрепляют** в играх навыки прыжков.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Описывают** технику выполнения прыжковых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  **Применяют** беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей. | | | Контроль по прыжкам | | |
| 8. | Прыжки с продвижением вперед. **Беседа**: «Что такое физическая культура». | | 1 |  | |  | текущий  беседа | | |
| 9. | Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». | | 1 |  | |  | текущий | | |
| 10. | Челночный бег. ОРУ. Подвижная игра «Ловушки». | |  |  | |  | текущий | | |
| **Кроссовая подготовка (9ч.)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  | 06.10 |
| 1 | Бег по пересеченной местности. | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; * выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; | | | | **Описывают** технику выполнения беговых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  **Демонстрируют** вариативное выполнение беговых упражнений.  **Применяют** беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей.  **Выбирают** индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний  Раскрывают понятия: *скорость бега, дистанция, здоровье.*  **Определяют** ситуации, требующее применения правил предупреждения травматизма.  **Определяют** состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.  **Учатся** бегать в равномерном темпе до 10 минут; бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | | | | | | | текущий | | |
| 2 | Равномерный бег (3 минуты). Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| 3 | Равномерный бег (3 минуты). Чередование ходьбы, бега Развитие выносливости. ОРУ | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| 4 | Учет по бегу на 1000м. Подвижная игра «Третий лишний». | | 1 |  | |  | | Контроль по бегу 1000м | | |
| 5 | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м). Подвижная игра «Третий лишний». | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| 6 | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м). Подвижная игра «Пятнашки». Развитие выносливости. ОРУ | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| 7 | Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки». **Беседа**: «Личная гигиена». | | 1 |  | |  | | текущий  беседа | | |
| 8 | Равномерный бег 5 минут. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки». | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| 9 | Равномерный бег 6 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м). Подвижная игра «Конники-спортсмены». | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| **Плавание (6 ч)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  | 28.10 |
| 1 | Вводный урок. Техника безопасности. Подводящие упражнения. Ознакомление с особенностями вхождения в воду, передвижения в воде. | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;   **Предметные результаты**   * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; | | | **Соблюдают** правила поведения в воде.  **Объясняют** технику разучиваемых упражнений.  **Осваивать** технические действия в воде.  **Применяют** правила подбора одежды для бассейна.  **Определяют** ситуации, требующее применения правил предупреждения травматизма.  **Закрепляют** в играх навыки выполнения упражнений на воде. | | | | | | | | текущий | | |
| 2-3 | Упражнения на согласование дыхания, работы рук и ног. | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| 4-5 | Упражнения на скольжение и лежание. ОРУ. **Беседа**: «Мозг и нервная система». | | 1 |  | |  | | текущий  беседа | | |
| 6 | Закрепление упражнений на воде. | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| **iI четверть (23 ч.) Гимнастика с основами акробатики. (20 ч.)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Инструктаж по ТБ. Акробатика. Организующие команды и приемы. | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; * оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; * выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; | **Осваивают** универсальные умения при выполнении организующих упражнениях.  **Различают и выполняют** строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!».  **Научатся** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации  **Узнают** название основных гимнастических снарядов  **Выполняют** строевые упражнения, упражнения в равновесии.  **Описывают** технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.  **Проявляют** качества силы и выносливости при выполнении акробатических упражнений.  **Осваивают** технику гимнастический упражнений на спортивных снарядах.  **Соблюдают** правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений.  **Осваивают** технику физических упражнений прикладной направленности.  **Осваивают** универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.  **Проявляют** качества силы и координации при выполнении упражнений прикладного характера.  **Соблюдают** правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности. | | | | | | | | | | | | текущий |
| 2 | Акробатические упражнения. Упоры, седы, перекаты. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 3 | Акробатические комбинации. Гимнастический мост. Игра «Пройти бесшумно». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 4 | Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 5 | Развитие координационных способностей. Игра «Совушка». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 6 | Равновесие.  Строевые упражнения. **Беседа:** «Вода и питьевой режим». ОРУ. | | 1 |  | |  | | текущий  беседа |
| 7 | Снарядная гимнастика. Упражнения на низкой гимнастической стенке: висы, перемахи. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 8 | Снарядная гимнастика. Упражнения на низкой гимнастической стенке: висы, перемахи. Закрепление. ОРУ. | | 1 |  | |  | | текущий |
|  |
| 9 | Гимнастические комбинации. ОРУ. Подвижная игра «Пятнашки». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 10 | Опорный прыжок. ОРУ. Игра «Змейка». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 11 | Прикладная гимнастика. Передвижение по гимнастической стенке. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 12 | Лазание по гимнастической стенке и канату. ОРУ. **Беседа:** «Спортивная одежда и обувь» | | 1 |  | |  | | текущий  беседа |
| 13 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания, переползания. Ознакомление. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 14 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания. Совершенствование. Игра «Гуси-лебеди». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 15 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания, переползания. Закрепление. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 16 | Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 17 | Перелезание через коня. ОРУ. Подвижная игра «Ниточка и иголочка» | | 1 |  | |  | | текущий |
| 18 | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 19-20 | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. ОРУ. Подвижная игра «Ниточка и иголочка». | | 2 |  | |  | | текущий |
| **Кроссовая подготовка (3ч.)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Равномерный бег 6 минут. Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м). Подвижная игра | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; * выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; | | | | **Описывают** технику выполнения беговых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  **Демонстрируют** вариативное выполнение беговых упражнений.  **Применяют** беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей.  **Выбирают** индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний  Раскрывают понятия: *скорость бега, дистанция, здоровье.*  **Определяют** ситуации, требующее применения правил предупреждения травматизма.  **Определяют** состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.  **Учатся** бегать в равномерном темпе до 10 минут; бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | | | | | | | текущий | | |
| 2 | Равномерный бег Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м). Подвижная игра .ОРУ | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| 3 | Учет по бегу на 1000м. Подвижная игра «Третий лишний». | | 1 |  | |  | | текущий | | |
| **III четверть. Гимнастика с основами акробатики (20ч)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
|  | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |  | |
| 1 | Инструктаж по ТБ. Акробатика. Организующие команды и приемы. | | 1 |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; * оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;   выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; | | | | | | | | **Осваивают** универсальные умения при выполнении организующих упражнениях. | | | | | | | |
| 2 | Акробатические упражнения. Упоры, седы, перекаты. | | 1 |  | | **Различают и выполняют** строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой | | | | | | | |
| 3 | Акробатические комбинации. Гимнастический мост. Игра «Пройти бесшумно». | | 1 |  | | **Научатся** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации | | | | | | | |
| 4 | Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. | | 1 |  | | **Выполняют** строевые упражнения, упражнения в равновесии. | | | | | | | |
| 5 | Развитие координационных способностей. Игра «Совушка». | | 1 |  | |  | | | | | | | |
| 6 | Равновесие.  Строевые упражнения. **Беседа:** «Вода и питьевой режим». ОРУ. | | 1 |  | |  | | | | | | | |
| 7 | Снарядная гимнастика. Упражнения на низкой гимнастической стенке: висы, перемахи. | | 1 |  | |  | | | | | | | |
| 8 | Снарядная гимнастика. Упражнения на низкой гимнастической стенке: висы, перемахи. Закрепление. ОРУ. | | 1 |  | |  | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| 9 | Гимнастические комбинации. ОРУ. Подвижная игра «Пятнашки». | | 1 |  | |  | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 10 | Опорный прыжок. ОРУ. Игра «Змейка». | | 1 |  | |  | | | | | | | | |
| 11  12 | Прикладная гимнастика. Передвижение по гимнастической стенке.  Лазание по гимнастической стенке и канату. ОРУ. **Беседа:** «Спортивная одежда и обувь»  1  1 | | |  | |  | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | |
| 13 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания, переползания. Ознакомление.  1 | | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; * оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;   выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 14 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания. Совершенствование. Игра «Гуси-лебеди». | | 1 |  | |  | | | | | | | | |
| 15 | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания, переползания. Закрепление. | | 1 |  | |  | | | | | | | | |
| 16 | Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. | | 1 |  | |  | | | | | | | | |
| 17 | Перелезание через коня. ОРУ. Подвижная игра «Ниточка и иголочка» | | 1 |  | |  | | | | | | | | |
| 18 | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. | | 1 |  | |  | | | | | | | | |
| 19-20 | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. ОРУ. Подвижная игра «Ниточка и иголочка». | | 2 |  | |  | | | | | | | | |
| **Подвижные игры (9 ч.)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |  |  |
| 1 | **Беседа:** «Самоконтроль». Игры «К своим флажкам». ОРУ. | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;   **Предметные результаты**   * оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; * организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;   овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.   * формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | | | | | | | | | | **Осваивают** универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.  **Выявляют** характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.  **Проявляют** быстроту и ловкость во время подвижных игр.  **Объясняют** технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.  **Осваивают** технику поворотов, спусков и подъемов.  **Соблюдают** дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр. | | | беседа  текущий |
| 2 | Игры «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 3 | ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 4 | ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 5 | Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 6 | ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 7 | Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 8 | ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 9 | Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | | 1 |  | |  | | текущий |
| **IV четверть ( 25 ч ) Спортивные игры (10 ч)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Инструктаж по ТБ. Акробатика. Организующие команды и приемы. | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; * анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; * оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; * выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; | | | | | | | | | **Осваивают** универсальные умения при выполнении организующих упражнениях.  **Различают и выполняют** строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!».  **Научатся** выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации  **Узнают** название основных гимнастических снарядов  **Выполняют** строевые упражнения, упражнения в равновесии.  **Описывают** технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.  **Проявляют** качества силы и выносливости при выполнении акробатических упражнений.  **Осваивают** технику гимнастический упражнений на спортивных снарядах.  **Соблюдают** правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений.  **Осваивают** технику физических упражнений прикладной направленности.  **Осваивают** универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.  **Проявляют** качества силы и координации при выполнении упражнений прикладного характера.  **Соблюдают** правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности. | | | | текущий |
| 2 | Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу. ОРУ. Подвижная игра «Бросай и поймай». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 3 | Футбол: остановка и ведение мяча. ОРУ. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 4 | Подвижные игры на материале футбола. **Беседа**: «Первая помощь при травмах» | | 1 |  | |  | | текущий  беседа |
| 5 | Баскетбол: специальные передвижения без мяча. Подвижная игра «Не давай мяча водящему». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 6 | Баскетбол: Ведение мяча. Подвижная игра «Передал – садись». ОРУ. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 7 | Баскетбол: Броски мяча в корзину. Подвижная игра «Мяч в обруч». ОРУ. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 8 | Подвижные игры на материале баскетбола. Подвижная игра «Круговая лапта». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 9 | Волейбол: подбрасывание мяча. ОРУ. Подвижная игра «Перестрелка». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 10 | Волейбол: подача мяча. ОРУ. Подвижная игра «Выстрел в небо». | | 1 |  | |  | | текущий |
| **Легкая атлетика (9ч.)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра. ОРУ. **Беседа:** «Тренировка ума и характера». | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях; * проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; * оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.   **Метапредметные результаты:**   * находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; * организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; * управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; * технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.   **Предметные результаты**   * планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; * формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | | | | | | | **Усваивают** основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение.  **Демонстрируют** вариативное выполнение беговых упражнений.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Выбирают** индивидуальный темп передвижения, кон­тролируют темп бега по частоте сердечных сокраще­ний.  **Закрепляют** в играх навыки прыжков.  **Включают** прыжковые упражнения в различные фор­мы занятий по физической культуре.  **Описывают** технику выполнения беговых, прыжковых упраж­нений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  **Применяют** беговые упражнения для развития коор­динационных, скоростных способностей. | | | | | | текущий  беседа |
| 2-3 | Беговые упражнения с изменяющимся направлением движения. Под­вижная игра «Парашютисты». | | 1 |  | |  | | текущий |
| 4 | Учет по бегу 30м. Подвижная игра «Воробьи и вороны». | | 1 |  | |  | | контроль |
| 5 | Бег из разных исходных положениях. Подвижная игра «День и ночь». ОРУ. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 6 | Прыжковые упражнения: спрыгивания и запрыгивания. | | 1 |  | |  | | текущий |
| 7-9 | Прыжковые упражнения: прыжки со скалкой. | | 1 |  | |  | | текущий |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Плавание (6 ч)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Вводный урок. Техника безопасности. Подводящие упражнения. Ознакомление с особенностями вхождения в воду, передвижения в воде. | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;   **Предметные результаты**   * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; * находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; | | | **Соблюдают** правила поведения в воде.  **Объясняют** технику разучиваемых упражнений.  **Осваивать** технические действия в воде.  **Применяют** правила подбора одежды для бассейна.  **Определяют** ситуации, требующее применения правил предупреждения травматизма.  **Закрепляют** в играх навыки выполнения упражнений на воде. | | | | | | | |
| 2-3 | Упражнения на согласование дыхания, работы рук и ног. | | 1 |  | |  | | **Личностные результаты:**   * активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности; * проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;   **Метапредметные результаты:**   * характеризовать явления, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;   **Предметные результаты**   * бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;   находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; | | | **Соблюдают** правила поведения в воде.  **Объясняют** технику разучиваемых упражнений.  **Осваивать** технические действия в воде.  **Применяют** правила подбора одежды для бассейна.  **Определяют** ситуации, требующее применения правил предупреждения травматизма.  **Закрепляют** в играх навыки выполнения упражнений на воде. | | | | | | | |
| 4-5 | Упражнения на скольжение и лежание. ОРУ. | |  |  | |  | |  | | | | | | | | | | |
| 6 | Закрепление упражнений на воде. | |  |  | |  | |  | | |  | | | | | | | |
|  |  | |  |  | |  | | **Итого 102 ч** | | |  | | | | | | | |