

Приложение к Основной образовательной  
программе начального общего образования  
МБОУ «Средняя общеобразовательная  
Городищенская школа с углублённым  
изучением отдельных предметов»

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному курсу «Физическая культура»

(наименование учебного курса)

начальное общее образование (1-4 классы)

(уровень образования)

Ряполова Татьяна Васильевна,  
Шабанова Ольга Ивановна,  
Гребенкина Вера Николаевна,  
Нефёдова Ольга Александровна,  
Устинова Валентина Алексеевна,  
Дюкарева Марина Сергеевна,  
Коровина Валентина Васильевна,  
Ююкина Наталья Владимировна, ,  
Беловол Евгений Алексеевич,  
Логачёв Евгений Викторович  
(Ф.И.О. учителя, составившего рабочую программу)

с. Городище  
2021 г.

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного курса «Физическая культура» (базовый уровень) для 1-4-х классов разработана на основе авторской программы В.И.Ляха «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений». -М.: Просвещение, 2016 г.

Рабочая программа обеспечивается учебно–методическим комплектом:

- Лях В.И. «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений». -М.: Просвещение, 2016 г.
- Лях В.И. Физическая культура: учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. – М.: Просвещение, 2018 г.

**Цель программы:** формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

#### **Задачи:**

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Предмет «Физическая культура» изучается в 1-4 классах в объёме 270 часов, из расчёта 3 ч в неделю: в 1 классе – 66 ч, во 2 классе – 68 ч, в 3 классе – 68 ч, в 4 классе – 68 ч.

Планируемые результаты изучения учебного курса  
Личностные результаты освоения Рабочей программы по физической культуре взяты из Программы воспитания (введена в действие приказом ОУ №208 от 16.08.2021г.)

1 класс

*Личностные результаты*

Обучающийся получит возможность для формирования следующих личностных УУД:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей и ценностей;
- уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших;
- формирование установки на соблюдение здорового образа жизни, правил личной гигиены, режима дня.

***Метапредметные результаты.***

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### ***Предметные результаты***

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

### **Содержание учебного курса**

#### **1 класс**

Теоретическая часть курса «Физическая культура» изучается в процессе каждого урока.

#### *Знания о физической культуре.*

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

#### **Способы физкультурной деятельности**

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно- оздоровительная деятельность

Комплекс физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно- оздоровительная деятельность

*Гимнастика с основами акробатики.* Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Акробатические комбинации.*

- мост из положения лежа на спине, опустится в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев;

- кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

*Упражнения на низкой гимнастической перекладине:* висы, перемахи.

*Легкая атлетика. Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину; спрыгивание и запрыгивание;

*Броски:* большого мяча на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

*Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнение на внимание, силу, ловкость и координацию.

*На материале легкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

*На материале спортивных игр.*

*Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

2 класс

Теоретическая часть курса «Физическая культура» изучается в процессе каждого урока.

*Знания о физической культуре.*

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно- оздоровительная деятельность

Комплекс физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно- оздоровительная деятельность

*Гимнастика с основами акробатики.* Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Акробатические комбинации.*

- мост из положения лежа на спине, опустится в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев;

- кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

*Упражнения на низкой гимнастической перекладине:* висы, перемахи.

*Легкая атлетика. Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину; спрыгивание и запрыгивание;

*Броски:* большого мяча на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

*Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнения на внимание, силу, ловкость и координацию.

*На материале легкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

*На материале спортивных игр.*

*Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

3 класс

Теоретическая часть курса «Физическая культура» изучается в процессе каждого урока.

*Знания о физической культуре.*

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно- оздоровительная деятельность

Комплекс физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно- оздоровительная деятельность

*Гимнастика с основами акробатики.* Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Акробатические комбинации.*

- мост из положения лежа на спине, опустится в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев;

- кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

*Упражнения на низкой гимнастической перекладине:* висы, перемахи.

*Легкая атлетика. Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину; спрыгивание и запрыгивание;

*Броски:* большого мяча на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

*Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнение на внимание, силу, ловкость и координацию.

*На материале легкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

*На материале спортивных игр.*

*Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

4 класс

Теоретическая часть курса «Физическая культура» изучается в процессе каждого урока.

*Знания о физической культуре.*

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований.



Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно- оздоровительная деятельность

Комплекс физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно- оздоровительная деятельность

*Гимнастика с основами акробатики.* Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Акробатические комбинации.*

- мост из положения лежа на спине, опустится в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев;

- кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

*Упражнения на низкой гимнастической перекладине:* висы, перемахи.

*Легкая атлетика. Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину; спрыгивание и запрыгивание;

*Броски:* большого мяча на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

*Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнения на внимание, силу, ловкость и координацию.

*На материале легкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

*На материале спортивных игр.*

*Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

#### 1класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
	Легкоатлетические упражнения	8		
1.	Урок – сказка, путешествие. Понятие о физической культуре. Вводный инструктаж по охране труда. Правила поведения и техника безопасности на уроках легкой атлетики. Возникновение первых соревнований. Зарождение олимпийских игр. Обучение различным видам ходьбы. Обучение бегу с ускорением от 10 до 15 м. Игра «Горелки».	1	Знать правила охраны труда на уроках физической культуры. Знать правила Т.Б. на уроках легкой атлетики. Уметь правильно выполнять основные движения ходьбы и бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Обогащает представление об окружающей действительности
2.	Урок – викторина. Основные способы передвижения. Обучение бегу с ускорением от 10 до 15 м. Эстафеты с бегом на скорость. Контроль бега 30 м. Игра «Летает – не летает».	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Способствует интеллектуальному развитию
3.	Урок – игра. Основные физические качества. Обучение обычному бегу: бег, с изменением направления движения по указанию учителя, коротким, средним и длинным шагом. Игра «Слушай сигнал»	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон»	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
4.	Обучение навыкам бега: бег в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий по	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон»	Формирование культуры своего “Я”.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
	размеченным участкам дорожки. Эстафета "Смена сторон". Соревнования по бегу 60 м.			
5.	Урок-соревнование по челночному бегу 3х10м. Обучение прыжкам: на одной и двух ногах на месте. Обучение прыжкам в длину с места. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь пробежать 3х10 м., уметь правильно выполнять прыжки. Знать названия прыжкового инвентаря.	Обогащает представление об окружающей действительности
6.	Обучение прыжкам: с поворотом на 90°; с продвижением вперед на одной ноге и на двух ногах. Обучение прыжкам в длину с места, с разбега. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь правильно выполнять прыжки. Знать название упражнений в прыжках в длину.	Способствует интеллектуальному развитию
7.	Обучение метанию малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания. Игра «Кто дальше бросит».	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
8.	Обучение метанию теннисного мяча на заданное расстояние в горизонтальную и вертикальную цель (2х2) м. Игра «Кто дальше бросит». Урок-соревнование. Соревнования по метанию в цель и с места на дальность.	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов.	Формирование культуры своего “Я”.
	Подвижные игры	4		
9.	Правила техники безопасности на уроках подвижных игр. Обучение игре «К своим флажкам». Развитие скоростных способностей.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Обогащает представление об окружающей действительности
10.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности.	Способствует интеллектуальному

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
			Уметь организовать подвижную игру.	развитию
11.	Обучение игре «Пятнашки». Развитие ловкости.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
12.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом. Подвижная игра «Пятнашки».	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Формирование культуры своего “Я”.
	Кроссовая подготовка	4		
13.	Правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовки. Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. Подвижная игра «Убегай-догоняй».	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Содействует социализации учеников
14.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. Подвижная игра «Убегай-догоняй».	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
15.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. Подвижная игра «В горку и с горки».	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
16.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м. Контроль бега 1000 м.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Реализация индивидуальных задатков и способностей
	Гимнастика с элементами акробатики	8		
17.	Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	1	Знать правила Т.Б. на уроках гимнастики. Уметь выполнять упражнения с большими и малыми	Взаимнообогащающий досуг школьников.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
	Обучение общеразвивающим упражнениям с большими и малыми мячами.		мячами.	
18.	Обучение общеразвивающим упражнениям с гимнастической палкой, с набивным мячом (1кг), обручем, флажками.	1	Уметь выполнять упражнения с гимнастической палкой, с набивным мячом, обручем, флажками; перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, из одной шеренги в две. Знать названия снарядов и гимнастических элементов	Общение друг с другом.
19.	Обучение стойке на носках, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке).	1	Уметь выполнять стойку на носках, на одной ноге. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
20.	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке.	1	Уметь выполнять ходьбу по гимнастической скамейке. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Общение друг с другом.
21.	Обучение перешагиванию через мячи, поворотам на 90.	1	Уметь выполнять перешагивание через предметы. Знать названия снарядов и гимнастических элементов. Уметь выполнять повороты с радиусом на 90. Знать значение напряжения и расслабления мышц	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
22.	Обучение ходьбе по рейке гимнастической скамейки. Обучение упорам: упражнения в упоре на гимнастической стенке. Контроль выполнения подтягивания.	1	Уметь выполнять ходьбу по рейке гимнастической скамейки. Уметь выполнять упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической стенке. Знать значение напряжения и расслабления мышц. Уметь подтянуться на перекладине из виса (из виса лёжа).	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
23.	Обучение комбинации из освоенных элементов. Общеразвивающие упражнения.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных гимнастических упражнений. Знать значение напряжения и расслабления мышц.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
24.	Контроль выполнения сгибания рук в упоре лёжа. Общеразвивающие упражнения.. Эстафета гимнаста.	1	Уметь выполнять сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Знать значение напряжения и расслабления мышц.	Реализация индивидуальных задатков и способностей
	Подвижные игры	8		
25.	Обучение ловле и передаче мяча. Подвижная игра «Мяч водящему».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру.	Общение друг с другом.
26.	Обучение ловле и передаче мяча. Обучение броскам и ведению мяча индивидуально. Подвижная игра «Мяч водящему».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч водящему»	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
27.	Обучение броскам и ведению мяча в парах, стоя на месте и в шаге. Подвижная игра «Мяч в корзину».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч в корзину»	Общение друг с другом.
28.	Обучение броскам и ведению мяча в парах, стоя на месте и в шаге. Подвижная игра «Мяч в корзину».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч в корзину»	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
29.	Совершенствование техники ловли, передачи, броска мяча. Подвижная игра «У кого меньше мячей».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-баскетбол.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
30.	Обучение броскам и ведению мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге. Подвижная игра «Мяч в корзину».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-баскетбол.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
31.	Закрепление навыков в прыжках. Подвижная игра «Прыгающие	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать	Реализация индивидуальных задатков

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
	воробышки». Правила техники безопасности на уроках подвижных игр.		правила игры «Прыгающие воробышки»	и способностей
32.	Закрепление навыков в прыжках. Подвижная игра «Прыгающие воробышки».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Прыгающие воробышки»	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном.
	Гимнастика с элементами акробатики	6		
33.	Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. Обучение группировке.	1	Уметь выполнять группировку. Знать правила ТБ на уроках гимнастики.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
34.	Обучение группировке. Обучение перекатам в группировке, лёжа на животе и из упора стоя на коленях.	1	Уметь выполнять группировку. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Уметь выполнять перекаты в группировке.	Формирование культуры своего “Я”.
35.	Обучение перекатам в группировке, лёжа на животе и из упора стоя на коленях. Общеразвивающие упражнения с обручем.	1	Уметь выполнять перекаты в группировке. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.	Содействует социализации учеников
36.	Обучение лазанью по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях, подтягиванию лёжа на животе по горизонтальной скамейке.	1	Уметь выполнять лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, выполнять подтягивание лёжа на животе по горизонтальной скамейке. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
37.	Обучение перелезанию через горку матов и гимнастическую скамейку и гимнастического коня.	1	Уметь выполнять перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку и гимнастического коня. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном.
38.	Обучение перелезанию через	1	Уметь выполнять перелезание через	Организация их работы с получаемой



№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
	гимнастического коня. Контроль поднимания туловища за 30 сек.		гимнастического коня. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
	Подвижные игры	14		
39.	Обучение ловле и ведению мяча, стоя на месте и в шаге. Подвижная игра «Зайцы в огороде».	1	Уметь ловить и передавать мяч. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Зайцы в огороде»	Формирование культуры своего “Я”.
40.	Совершенствование техники держания, ловли, передачи мяча. Подвижная игра «Школа мяча».	1	Уметь ловить, держать, передавать мяч. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Зайцы в огороде»	Содействует социализации учеников
41.	Совершенствование техники броска и ведения мяча. Подвижная игра «Точный расчёт».	1	Уметь выполнять ведение и бросок мяча. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Точный расчёт»	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
42.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Подвижная игра «Метко в цель».	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Метко в цель»	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
43.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Подвижная игра «Метко в цель».	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Метко в цель»	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений
44.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Подвижная игра «Кто дальше бросит».	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в «Пионербол»	Формирование культуры своего “Я”.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
45.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Подвижная игра «Кто дальше бросит».	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в «Пионербол»	Содействует социализации учеников
46.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Подвижная игра «Кто дальше бросит» Контроль выполнения прыжков в длину с места.	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в «Пионербол»	Привлечение внимания школьников к новому аспекту изучаемых на уроках явлений
47.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Подвижная игра «Играй, играй, мяч не теряй».	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Обогащает представление об окружающей действительности
48.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Подвижная игра «Играй, играй, мяч не теряй».	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Способствует интеллектуальному развитию
49.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Подвижная игра «У кого меньше мячей».	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
50.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Подвижная игра «У кого меньше мячей».	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Формирование культуры своего “Я”.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
51.	Закрепление техники ловли и передачи мяча. Игра в «Пионербол».	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Знать правила игры в «Пионербол»	Содействует социализации учеников
52.	Закрепление техники ловли и передачи мяча. Игра в «Пионербол». Контроль выполнения прыжков со скакалкой.	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Знать правила игры в «Пионербол»	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
	Кроссовая подготовка	8		
53.	Правила техники безопасности.на уроках кроссовой подготовки. Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. Игра «Убегай-догоняй».	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Обогащает представление об окружающей действительности
54.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. Игра «Убегай-догоняй».	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Способствует интеллектуальному развитию
55.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. Игра. «Убегай-догоняй».	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
56.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. Игра «В горку и с горки».	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Обогащает представление об окружающей действительности
57.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. Игра «В горку и с горки».	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Способствует интеллектуальному развитию
58.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. Игра «В горку и с горки».	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
59.	Обучение кроссовому бегу: до 1 км. Подвижная игра «В горку и с горки».	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.	Формирование культуры своего “Я”.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
			Выбирать индивидуальный темп передвижения.	
60.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м. Контроль бега 1000 м.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Содействует социализации учеников
	Легкоатлетические упражнения	6		
61.	Правила поведения и техника безопасности на уроках легкой атлетики. Обучение различным видам ходьбы. Обучение бегу с ускорением от 10 до 15 м.	1	Знать правила охраны труда на уроках физической культуры. Знать правила Т.Б. на уроках легкой атлетики. Уметь правильно выполнять основные движения ходьбы и бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Обогащает представление об окружающей действительности
62.	Обучение бегу с ускорением от 10 до 15 м., обычному бегу: бег, с изменением направления движения по указанию учителя, коротким, средним и длинным шагом. Эстафеты с бегом на скорость. Контроль бега 30 м. Обучение Эстафета "Смена сторон.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега, правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, правила игры «Смена сторон».	Способствует интеллектуальному развитию
63.	Обучение навыкам бега: бег в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий (мячи, палки и т.п.) по размеченным участкам дорожки. Эстафета "Смена сторон". Соревнования по бегу 30 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон».	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
64.	Урок-соревнование. Соревнования по бегу 60 м. Обучение прыжкам в длину с разбега. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь пробежать 60 м. Уметь правильно выполнять прыжки. Знать названия прыжкового инвентаря	Формирование культуры своего «Я».
65.	Обучение метанию малого мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность и	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов	Содействует социализации учеников

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
	заданное расстояние. Подвижная игра «Кто дальше бросит».			
66.	Урок-соревнование. Контроль выполнения прыжков в длину с разбега и метания с разбега на дальность.	1	Уметь правильно выполнять прыжок в длину с разбега. Знать название упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей.
	Итого:66 часов			

## 2 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока (виды/формы деятельности)
	Легкоатлетические упражнения	12		
1.	Обучение различным видам ходьбы. Обучение бегу с ускорением от 10 до 20 м. Требования к спортивной одежде и обуви.	1	Уметь правильно выполнять основные движения ходьбы и бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Обогащает представление об окружающей действительности
2.	Урок-соревнование. Соревнования по бегу 30м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Способствует интеллектуальному развитию
3.	Обучение обычному бегу. Эстафета "Смена сторон". Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон»	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
4.	Урок-соревнование. Соревнования по челночному бегу 3х10м. Контроль бега 30 м	1	Уметь пробежать 3х10 м.	Формирование культуры своего “Я”.
5.	Обучение прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь правильно выполнять прыжки. Знать название упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Содействует социализации учеников
6.	Обучение прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. Эстафета «Вызов номеров».Входная контрольная работа.	1	Уметь правильно выполнять прыжок в длину с разбега. Знать название упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
7.	Обучение метанию малого мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние. П.И. «Кто дальше бросит».	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов	Обогащает представление об окружающей действительности
8.	Обучение метанию теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2) м с расстояния 4-5 м. П.И. «Точно в цель».	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов	Способствует интеллектуальному развитию
9.	Урок-соревнование. Соревнования по метанию в цель и с места на дальность. Контроль метания в цель	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
10.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй»	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Формирование культуры своего “Я”.
11.	Обучение кроссовому бегу: кросс по	1	Применять беговые упражнения для развития	Содействует социализации учеников

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки»		координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	
12.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м  Контроль бега 1000 м	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
	Подвижные игры	4		
13.	Обучение игре «К своим флажкам». Развитие скоростных способностей.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Взаимнообогащающий досуг школьников.
14.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом. Подвижная игра «К своим флажкам». Названия и правила игр, инвентарь, оборудование.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Общение друг с другом.
15.	Обучение игре «Пятнашки». Развитие ловкости. Гигиена тела и волос.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
16.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом. Подвижная игра «Пятнашки».	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Общение друг с другом.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	Гимнастика с элементами акробатики	8		
17.	Обучение упражнениям в висе стоя и лёжа. Когда и как возникли физическая культура и спорт.	1	Знать правила Т.Б. на уроках гимнастики. Уметь выполнять упражнения в висе стоя и лёжа.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
18.	Обучение упражнениям в висе стоя и лёжа. Подтягивание в висе лежа согнувшись. История современных Олимпийских игр.	1	Уметь выполнять упражнения в висе стоя и лёжа, перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, из одной шеренги в две. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
19.	Обучение висам: в висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых ног. Подтягивание из седа ноги врозь.	1	Уметь выполнять поднимание согнутых ног в висе спиной к гимнастической стенке. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
20.	Обучение висам. Подтягивание в висе. Идеалы и символика Олимпийских игр.	1	Уметь выполнять поднимание прямых ног в висе спиной к гимнастической стенке. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Реализация индивидуальных задатков и способностей
21.	Урок-соревнование. Соревнования по подтягиванию - контроль. Олимпийские чемпионы по видам спорта.	1	Уметь выполнять упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической стенке. Знать значение напряжения и расслабления	Рациональное осмысление общечеловеческих и



№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			мышц	социальных ценностей
22.	Обучение упорам: упражнения в упоре на коне и бревне. Развитие силы: вис на согнутых руках.	1	Уметь выполнять упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической стенке. Знать значение напряжения и расслабления мышц. Уметь подтянуться на перекладине из виса (из виса лёжа).	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
23.	Контроль выполнения сгибания рук в упоре лёжа. ОРУ. Правила закаливания.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных гимнастических упражнений. Знать значение напряжения и расслабления мышц.	Реализация индивидуальных задатков и способностей
24.	Обучение комбинации из освоенных элементов. ОРУ. Эстафета гимнаста.	1	Уметь выполнять сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Знать значение напряжения и расслабления мышц.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
	Подвижные игры	8		
25.	Обучение ловле и передаче мяча в движении. П.И. «Мяч водящему». Питьевой режим во время занятий.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч водящему»	Обогащение представлений об окружающей действительности
26.	Обучение ловле и передаче мяча в движении. П.И. «Мяч водящему» Питьевой режим во время	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила	Способствует интеллектуальному

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	туристических походов.		игры «Мяч водящему»	развитию
27.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). П.И. «Мяч в корзину»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч в корзину»	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
28.	Обучение броскам в цель. Соревнования по челночному бегу. Контроль выполнения челночного бега 3x10 м	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч в корзину»	Формирование культуры своего «Я».
29.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Игра в «мини-баскетбол»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-баскетбол.	Содействие социализации учеников
30.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Промежуточная контрольная работа.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-баскетбол.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
31.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Игра в «мини-баскетбол»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-баскетбол.	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
32.	Закрепление навыков в прыжках. Подвижная игра «Прыгающие воробышки»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Прыгающие воробышки»	Обогащение представлений об окружающей действительности
	Гимнастика с элементами акробатики	6		
33.	Обучение кувырку вперед и кувырку в сторону. ОРУ с набивным мячом. Режим дня.	1	Уметь выполнять кувырок вперед и в сторону. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся
34.	Обучение кувырку вперед и кувырку в сторону. ОРУ с обручем. Физкультминутка.	1	Уметь выполнять кувырок вперед и в сторону. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.	Высказывания учащихся своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
35.	Обучение стойке на лопатках, согнув ноги. Обучение перекату вперед в упор присев из стойки на лопатках. Утренняя зарядка.	1	Уметь выполнять кувырок вперед и в сторону. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
36.	Обучение перекату вперед в упор присев из стойки на лопатках. Контроль выполнения наклона вперед.	1	Уметь выполнять кувырок вперед и в сторону. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
				явлений
37.	Закрепление умения перелезания через гимнастического коня. Обучение комбинации из изученных элементов.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных акробатических элементов. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся
38.	Обучение комбинации из изученных элементов. Контроль поднимания туловища за 30 сек.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных акробатических элементов. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
	Подвижные игры	16		
39.	Обучение ловле и передаче мяча в движении. П.И. «Зайцы в огороде»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Зайцы в огороде»	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации
40.	Обучение ловле и передаче мяча в движении. П.И. «Зайцы в огороде»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру.	Формирование культуры своего “Я”.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			Знать правила игры «Зайцы в огороде»	
41.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении. Эстафеты с передачей мяча. П.И. «Точный расчёт»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Точный расчёт»	Установление доверительных отношений между учителем и учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя,
42.	Обучение ловле и передаче мяча в движении. П.И. «Точный расчёт»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Точный расчёт»	Привлечение внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности, использование занимательных элементов, историй из жизни современников
43.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). П.И. «Метко в цель»	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру	Формирование культуры своего «Я».
44.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). П.И. «Метко в цель»	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых	Высказывания учащимися своего мнения по ее поводу,

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Метко в цель»	выработки своего к ней отношения
45.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). П.И. «Кто дальше бросит»	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру.	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
46.	Обучение броскам в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). П.И. «Кто дальше бросит» Контроль выполнения прыжков в длину с места.	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов.	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений
47.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). П.И. «Играй, играй, мяч не теряй»	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся
48.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). П.И. «Играй, играй, мяч не теряй»	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
49.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). П.И. «У кого меньше мячей»	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
50.	Обучение ведению мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). П.И. «У кого меньше мячей»	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Формирование культуры своего “Я”.
51.	Закрепление техники ведения мяча. П.И. «Школа мяча»	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Знать правила игры в «Пионербол»	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся
52.	Закрепление техники ведения мяча. П.И. «Школа мяча»	1	Уметь выполнять ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом, бегом). Знать правила игры в «Пионербол»	Высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
53.	Закрепление техники ловли и передачи мяча. Игра в «Пионербол»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Знать правила игры в «Пионербол»	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
54.	Закрепление техники ловли и передачи мяча. Игра в «Пионербол». Контроль выполнения прыжков со скакалкой.	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Знать правила игры в «Пионербол»	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений
	Легкоатлетические упражнения	16		
55.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. П.И. «Убегай-догоняй»	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Формирование культуры своего “Я”.
56.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй»	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
57.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй»	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения.
58.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй»	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения



№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
59.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки»	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения.
60.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки»	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения	Рациональное осмысление общечеловеческих социальных ценностей
61.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки»	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения.	Обогащает представление об окружающей действительности
62.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м. Контроль бега 1000 м.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения	Рациональное осмысление общечеловеческих социальных ценностей
63.	Правила поведения и ТБ на уроках легкой атлетики. Обучение ходьбе. Обучение бегу с ускорением от 10 до 20 м.	1	Знать правила охраны труда на уроках физической культуры. Знать правила Т.Б. на уроках легкой атлетики.	Обогащает представление об окружающей действительности
64.	Обучение бегу с ускорением от 10 до 20 м. Эстафеты с бегом на скорость. Контроль бега 30 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
65.	Обучение навыкам бега: бег в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий (мячи, палки и т.п.) по размеченным участкам дорожки. Эстафета "Смена сторон".	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон»	Чувственное мироощущение, потребность прекрасном, в
66.	Урок-соревнование. Соревнования по челночному бегу 3х10м. Контроль челночного бега 3х10м	1	Уметь пробежать 60 м.	Реализация индивидуальных задатков способностей и
67.	Обучение прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. Итоговая контрольная работа.	1	Уметь правильно выполнять прыжки. Знать названия прыжкового инвентаря	Рациональное осмысление общечеловеческих социальных ценностей и
68.	Урок-соревнование. Контроль выполнения метания в цель.	1	Уметь правильно выполнять метание с разбега на дальность. Знать название упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Чувственное мироощущение, потребность прекрасном, в
	Итого: 68 часов			

### 3 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	Легкоатлетические упражнения	12		
	Обучение различным видам ходьбы. Обучение бегу с ускорением от 20 до 30 м. Понятия: эстафета, старт, финиш.	1	Уметь правильно выполнять основные движения ходьбы и бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
2.	Урок-соревнование. Контроль бега 30 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Содействует социализации учеников
3.	Закрепление навыков бега: бег с изменением направления движения. Обучение бегу в коридорчике 30-40 см. Эстафета "Смена сторон". Понятия: темп, длительность бега.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон».	Взаимнообогащающий досуг школьников.
4.	Урок-соревнование. Контроль челночного бега 3х10 м.	1	Уметь пробежать 3х10 м.	Общение друг с другом.
5.	Обучение прыжкам в длину с места, стоя лицом, боком к месту приземления. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь правильно выполнять прыжки. Знать названия прыжкового инвентаря.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
6.	Обучение прыжкам в длину с места, стоя лицом, боком к месту приземления. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь правильно выполнять прыжок в длину с разбега. Знать название упражнений в прыжках в	Общение друг с другом.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	Входная контрольная работа.		длину и в высоту.	
7.	Обучение метанию малого мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние. П.И. «Кто дальше бросит».	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
8.	Урок-соревнование. Соревнования по метанию в цель и на дальность. Контроль метания в цель.	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
9.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. П.И. «Убегай-догоняй». Работа ССС человека при выполнении физических упражнений.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
10.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 5 мин. П.И. «Убегай-догоняй» Укрепление сердца с помощью физических упражнений.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
11.	Закрепление техники кроссового бега: кросс до 1 км. П.И. «В горку и с горки». Важность физических упражнений для улучшения работы лёгких.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения.	Реализация индивидуальных задатков и

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
				способностей
12.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м. Роль органов дыхания. Правильное дыхание. Контроль бега 1000 м.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
	Подвижные игры	4		
13.	Обучение игре «Пустое место». Развитие скоростных способностей.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Реализация индивидуальных задатков и способностей
14.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом. Подвижная игра «Пустое место».	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
15.	Обучение игре «Пятнашки». Развитие ловкости.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Способствует интеллектуальному развитию
16.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом. Подвижная игра «Пятнашки».	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Обогащение представлений об окружающей действительности

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	Гимнастика с элементами акробатики	8		
17.	Обучение упражнениям в висе стоя и лёжа. Обучение упражнениям в висе стоя и лёжа. Подтягивание в висе лежа согнувшись.	1	Знать правила Т.Б. на уроках гимнастики. Уметь выполнять упражнения в висе стоя и лёжа.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
18.	Закрепление техники выполнения упражнений в висе стоя и лёжа. Подтягивание в висе лежа согнувшись.	1	Уметь выполнять упражнения в висе стоя и лёжа, перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, из одной шеренги в две. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Формирование культуры своего “Я”.
19.	Закрепление техники висов: в висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых ног. Строение тела.	1	Уметь выполнять поднимание согнутых ног в висе спиной к гимнастической стенке. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Содействие социализации учеников
20.	Закрепление техники висов: подтягивание из седа ноги врозь. Основные формы движений.	1	Уметь выполнять поднимание прямых ног в висе спиной к гимнастической стенке.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
21.	Урок-соревнование. Эстафеты с элементами гимнастических упражнений. Контроль выполнения подтягивания.	1	Уметь выполнять поднимание прямых ног в висе спиной к гимнастической стенке. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
22.	Закрепление техники упоров: упражнения в упоре на коне и бревне. Развитие силы: вис на согнутых руках.	1	Уметь выполнять упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической стенке.	Обогащение представлений об окружающей действительности
23.	Закрепление техники упоров: упражнения в упоре на гимнастической стенке. Контроль выполнения сгибания рук в упоре лёжа.	1	Уметь выполнять упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической стенке. Знать значение напряжения и расслабления мышц. Уметь подтянуться на перекладине из вися (из вися лёжа).	Высказывания учащихся своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
24.	Обучение комбинации из освоенных элементов. ОРУ. Эстафета гимнаста.	1	Уметь выполнять сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Знать значение напряжения и расслабления мышц.	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся
	Подвижные игры	8		
25.	Обучение ловле и передаче мяча на месте в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Овладей мячом» Роль органов зрения.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру.	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
26.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Овладей мячом» Упражнения для органов зрения.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Овладей мячом».	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
				явлений
27.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Быстро и точно». Упражнения для органов зрения. Контроль выполнения челночного бега 3х10 м.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Быстро и точно».	Повышение функцио- нальной читательской компетенции обучаю- щихся
28.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Быстро и точно».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Быстро и точно».	Высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
29.	Обучение ведению мяча с изменением направления. Игра в «мини-баскетбол» Промежуточная контрольная работа.	1	Выполнять контрольные нормативы.	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
30.	Обучение ведению мяча с изменением направления. Игра в «мини-баскетбол»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-баскетбол.	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации



№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
31.	Закрепление навыков в прыжках. Подвижная игра «Прыжки по полосам».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Прыжки по полосам».	Формирование культуры своего “Я”.
32.	Закрепление навыков в прыжках. Подвижная игра «Прыжки по полосам».	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Прыжки по полосам».	Установление доверительных отношений между учителем и учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя,
	Гимнастика с элементами акробатики	6		
33.	Обучение двум-трём кувыркам вперед. ОРУ с набивным мячом.	1	Уметь выполнять два-три кувырка вперед. Знать правила ТБ на уроках гимнастики.	Формирование культуры своего “Я”.
34.	Обучение двум-трём кувыркам вперед. Обучение перекатам в группировке с последующей опорой руками за головой. ОРУ с обручем.	1	Уметь выполнять два-три кувырка вперед. Уметь выполнять перекат в группировке с последующей опорой руками за головой. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.	Высказывания учащихся своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
35.	Обучение стойке на лопатках. ОРУ с обручем. Упражнения на улучшение осанки.	1	Уметь выполнять стойку на лопатках. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков,	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			осанки.	информацией – инициирование ее обсуждения
36.	Обучение стойке на лопатках. Контроль выполнения наклона вперёд. Упражнения на улучшение осанки.	1	Уметь выполнять кувырок вперёд и в сторону. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений
37.	Закрепление умения перелезания через гимнастического коня.  Обучение комбинации из изученных элементов. Упражнения для мышц живота.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных акробатических элементов. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Повышение функциональной читательской компетенции обучающихся
38.	Обучение комбинации из изученных элементов. Контроль поднимания туловища за 30 сек.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных акробатических элементов. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
	Подвижные игры	14		
39.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Волк во рву».	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Волк во рву».	Формирование культуры своего “Я”.
40.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Волк во	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру.	Повышение функциональной читательской компетенции обучаю-

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	рву».		Знать правила игры «Волк во рву».	щихся
41.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Мяч - ловцу».	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч-ловцу».	Высказывания учащихся своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения
42.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Мяч-ловцу».	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Мяч-ловцу».	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
43.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Метко в цель».	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Метко в цель».	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений
44.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Метко в цель».	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Метко в цель».	Содействует социализации учеников

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
45.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. Контроль выполнения прыжков в длину с места.	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в «Пионербол».	Формирование культуры своего “Я”.
46.	Обучение ведению мяча с изменением направления. П.И. «Гонка мячей по кругу». Роль органов слуха.	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
47.	Обучение ведению мяча с изменением направления. П.И. «Гонка мячей по кругу».	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения.
48.	Обучение ведению мяча с изменением направления. Игра в мини-футбол.	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
49.	Закрепление техники ведения мяча. Игра в мини-футбол.	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых	Побуждение школьников соблюдать

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	на уроке общепринятые нормы поведения.
50.	Закрепление техники ведения мяча. Игра в мини-футбол.	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Рациональное осмысление общечеловеческих социальных ценностей
51.	Обучение ударам по воротам. Игра в мини-футбол.	1	Уметь выполнять удар по неподвижному мячу на точность попадания. Знать правила игры в мини-футбол.	Обогащает представление об окружающей действительности
52.	Обучение ударам по воротам. Игра в мини-футбол.	1	Уметь выполнять удар по неподвижному мячу на точность попадания. Знать правила игры в мини-футбол.	Рациональное осмысление общечеловеческих социальных ценностей
	Легкоатлетические упражнения	18		
53.	Правила Т.Б. на уроках кроссовой подготовки. Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы.	Рациональное осмысление общечеловеческих и

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	П.И. «Убегай-догоняй».			социальных ценностей
54.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй» Пища и питательные вещества.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы.	Чувственное мироощущение, потребность прекрасном, в
55.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй». Пища и питательные вещества.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы.	Реализация индивидуальных задатков и способностей
56.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 5 мин. П.И. «Убегай-догоняй».	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
57.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки».	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения.	Чувственное мироощущение, потребность прекрасном, в
58.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки».	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения.	Содействует социализации учеников

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
59.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки» горки». Работа органов пищеварения.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
60.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м. Контроль бега 1000 м.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения.	Обогащает представление об окружающей действительности
61.	Правила поведения и ТБ на уроках легкой атлетики. Обучение ходьбе. Обучение бегу с ускорением от 10 до 20 м.	1	Знать правила охраны труда на уроках физической культуры. Знать правила Т.Б. на уроках легкой атлетики.	Взаимнообогащающий досуг школьников.
62.	Обучение бегу с ускорением от 10 до 20 м. Эстафеты с бегом на скорость. Контроль бега 30 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Общение друг с другом.
63.	Обучение обычному бегу: бег, с изменением направления движения по указанию учителя, коротким, средним и длинным шагом. Эстафета "Смена сторон".	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон».	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
64.	Обучение навыкам бега: бег в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий (мячи, палки и т.п.) по размеченным участкам дорожки. Эстафета "Смена	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон».	Общение друг с другом.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	сторон".			
65.	Урок-соревнование. Соревнования по челночному бегу 3х10м.  Контроль челночного бега 3х10 м	1	Уметь пробежать 60 м.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
66.	Обучение прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. Эстафета «Вызов номеров». Итоговая контрольная работа.	1	Уметь правильно выполнять метание с разбега на дальность. Знать название упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
67.	Обучение прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь правильно выполнять прыжки. Знать названия прыжкового инвентаря.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
68.	Обучение метанию малого мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние. П.И. «Кто дальше бросит».	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
	Итого: 68 часов			



#### 4 класс

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	Легкоатлетические упражнения	12		
1.	Обучение различным видам ходьбы. Обучение бегу с ускорением от 20 до 30 м. Понятия: темп, длительность бега.	1	Знать правила охраны труда на уроках физической культуры. Знать правила Т.Б. на уроках легкой атлетики.	Обогащает представление об окружающей действительности
2.	Урок-соревнование. Контроль бега 30 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	Способствует интеллектуальному развитию
3.	Закрепление навыков бега: бег в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий. Эстафета "Смена сторон". Влияние бега на состояние здоровья.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон»	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
4.	Урок-соревнование. Контроль бега 60 м	1	Уметь пробежать 3х10 м.	Формирование культуры своего "Я".
5.	Обучение прыжкам в длину с места, стоя лицом, боком к месту приземления. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь правильно выполнять прыжки. Знать названия прыжкового инвентаря	Обогащает представление об окружающей действительности
6.	Обучение прыжкам в длину с места, стоя лицом, боком к месту приземления.	1	Уметь правильно выполнять прыжок в длину с разбега. Знать название упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Способствует интеллектуальному развитию

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
7.	Обучение метанию малого мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние. П.И. «Кто дальше бросит». Входная контрольная работа.	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
8.	Урок-соревнование. Соревнования по метанию в цель и на дальность.	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных снарядов	Формирование культуры своего “Я”.
9.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. П.И. «Убегай-догоняй». Работа ССС человека при выполнении физических упражнений. Контроль метания в цель.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Реализация индивидуальных задатков и способностей
10.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 5 мин. П.И. «Убегай-догоняй»	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Обогащает представление об окружающей действительности
11.	Закрепление техники кроссового бега: кросс до 1 км. Роль органов дыхания. Правильное дыхание.	1	Применять беговые упражнения для развития выносливости. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Способствует интеллектуальному развитию
12.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м. Контроль бега 1000 м.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
				ценностей
	Подвижные игры	4		
13.	Обучение игре «Пустое место». Развитие скоростных способностей.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Реализация индивидуальных задатков и способностей
14.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом. Подвижная игра «Пустое место».	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Содействует социализации учеников
15.	Обучение игре «Пятнашки». Развитие ловкости.	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
16.	Урок-соревнование. Эстафеты с бегом. Подвижная игра «Пятнашки».	1	Знать: названия и правила игр, инвентарь, оборудование, правила поведения и безопасности. Уметь организовать подвижную игру.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
	Гимнастика с элементами акробатики	8		
17.	Обучение упражнениям в висе стоя и лёжа. . Подтягивание в висе лежа согнувшись.	1	Знать правила Т.Б. на уроках гимнастики. Уметь выполнять упражнения в висе стоя и лёжа.	Реализация индивидуальных задатков и способностей

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
18.	Закрепление техники выполнения упражнений в висе стоя и лёжа. Подтягивание в висе лежа согнувшись.	1	Уметь выполнять упражнения в висе стоя и лёжа, перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, из одной шеренги в две. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Взаимнообогащающий досуг школьников.
19.	Закрепление техники висов: подтягивание из седа ноги врозь. Основные формы движений.	1	Уметь выполнять поднимание прямых ног в висе спиной к гимнастической стенке.	Общение друг с другом.
20.	Урок-соревнование. Эстафеты с элементами гимнастических упражнений.	1	Уметь выполнять поднимание прямых ног в висе спиной к гимнастической стенке. Знать названия снарядов и гимнастических элементов.	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
21.	Закрепление техники упоров: упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях. Виды травм: ушибы, ссадины, потёртости. Контроль выполнения подтягивания.	1	Уметь выполнять упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической стенке. Знать значение напряжения и расслабления мышц	Общение друг с другом.
22.	Закрепление техники упоров: упражнения в упоре на гимнастической стенке.	1	Уметь выполнять упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической стенке. Знать значение напряжения и расслабления мышц. Уметь подтянуться на перекладине из виса (из виса лёжа).	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
23.	Обучение комбинации из освоенных элементов. ОРУ. Контроль выполнения сгибания рук в упоре лёжа.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных гимнастических упражнений. Знать значение напряжения и расслабления мышц.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
				ценностей
24.	Обучение комбинации из освоенных элементов. ОРУ. Эстафета гимнаста.	1	Уметь выполнять сгибание и разгибание рук в упоре лёжа. Знать значение напряжения и расслабления мышц.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
	Подвижные игры	8		
25.	Обучение ловле и передаче мяча на месте в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Овладей мячом» Роль органов зрения	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном.
26.	Урок-соревнование. П.И. «Овладей мячом» Упражнения для органов зрения.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Овладей мячом»	Общение друг с другом.
27.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Быстро и точно». Упражнения для органов зрения.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Быстро и точно»	Создание, сохранение и приумножение материальных ценностей.
28.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Быстро и точно». Промежуточная контрольная работа.	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Быстро и точно»	Общение друг с другом.
29.	Обучение ведению мяча с изменением направления. Игра в «мини-баскетбол»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в	Создание, сохранение и приумножение

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			мини-баскетбол.	материальных ценностей.
30.	Обучение ведению мяча с изменением направления. Игра в «мини-баскетбол»	1	Выполнять контрольные нормативы	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
31.	Обучение ведению мяча с изменением направления. Игра в «мини-баскетбол»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-баскетбол.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном,
32.	Закрепление навыков в прыжках. Подвижная игра «Прыжки по полосам»	1	Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Прыжки по полосам»	Реализация индивидуальных задатков и способностей
	Гимнастика с элементами акробатики	6		
33.	Обучение двум-трём кувыркам вперед. Обучение перекатам в группировке с последующей опорой руками за головой. ОРУ с набивным мячом.	1	Уметь выполнять два-три кувырка вперед. Знать правила ТБ на уроках гимнастики.	Организация их боты с получаемой на ке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
34.	Обучение двум-трём кувыркам вперёд. Обучение перекатам в группировке с последующей опорой руками за головой. ОРУ с обручем.	1	Уметь выполнять два-три кувырка вперёд. Уметь выполнять перекат в группировке с последующей опорой руками за головой. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
35.	Обучение стойке на лопатках. ОРУ с обручем. Упражнения на улучшение осанки.	1	Уметь выполнять стойку на лопатках. Знать признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.	Формирование культуры своего “Я”.
36.	Обучение стойке на лопатках. Контроль выполнения наклона вперёд. Упражнения на улучшение осанки.	1	Уметь выполнять кувырок вперёд и в сторону. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Содействует социализации учеников
37.	Закрепление умения перелезания через гимнастического коня.  Обучение комбинации из изученных элементов. Упражнения для мышц живота.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных акробатических элементов. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
38.	Обучение комбинации из изученных элементов. Контроль поднимания туловища за 30 сек.	1	Уметь выполнять комбинацию из изученных акробатических элементов. Знать правила личной гигиены, режима дня, основные принципы закаливания.	Чувственное мироощущение, потребность в прекрасном.
	Подвижные игры	14		
39.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила	

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Волк во рву»		игры «Волк во рву»	
40.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Волк во рву»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Волк во рву»	Формирование культуры своего “Я”.
41.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Точный расчёт»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Точный расчёт»	Содействует социализации учеников
42.	Обучение ловле и передаче мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. П.И. «Точный расчёт»	1	Уметь ловить и передавать мяч на месте и в движении. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Точный расчёт»	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
43.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Метко в цель»	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры «Метко в цель»	Организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения
44.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. П.И. «Кто дальше бросит» Мозг и нервная система.	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на



№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			игру. Знать правила игры в «Пионербол»	уроках явлений
45.	Обучение броскам в цель в ходьбе и медленном беге. Контроль выполнения прыжков в длину с места.	1	Уметь выполнять броски мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в «Пионербол»	Формирование культуры своего “Я”.
46.	Обучение ведению мяча с изменением направления. П.И. «Гонка мячей по кругу». Роль органов слуха.	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Содействует социализации учеников
47.	Обучение ведению мяча с изменением направления. П.И. «Подвижная цель»	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Привлечение внимания школьников к личностному аспекту изучаемых на уроках явлений
48.	Обучение ведению мяча с изменением направления. П.И. «Подвижная цель»	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Обогащает представление об окружающей действительности
49.	Закрепление техники ведения мяча. Игра в мини-футбол.	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	Способствует интеллектуальному развитию
50.	Закрепление техники ведения мяча. Игра в мини-футбол	1	Уметь выполнять ведение мяча с изменением направления. Описывать технику игровых действий и	Рациональное осмысление

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
			приемов. Уметь организовать подвижную игру. Знать правила игры в мини-футбол.	общечеловеческих и социальных ценностей
51.	Обучение ударам по воротам. Игра в мини-футбол	1	Уметь выполнять удар по неподвижному мячу на точность попадания. Знать правила игры в мини-футбол.	Формирование культуры своего “Я”.
52.	Обучение ударам по воротам. Игра в мини-футбол	1	Уметь выполнять удар по неподвижному мячу на точность попадания. Знать правила игры в мини-футбол.	Содействует социализации учеников
	Легкоатлетические упражнения	18		
53.	Правила Т.Б. на уроках кроссовой подготовки. Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 3 мин. П.И. «Убегай-догоняй»	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
54.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй» Пища и питательные вещества.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Обогащает представление об окружающей действительности
55.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 4 мин. П.И. «Убегай-догоняй». Пища и питательные вещества.	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику выполнения ходьбы	Способствует интеллектуальному развитию
56.	Развитие выносливости: равномерный медленный бег до 5	1	Освоить основные понятия и термины в беге, технику	Рациональное

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	мин. П.И. «Убегай-догоняй»		выполнения ходьбы	осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
57.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки»	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.  Выбирать индивидуальный темп передвижения	Обогащает представление об окружающей действительности
58.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки»	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Способствует интеллектуальному развитию
59.	Обучение кроссовому бегу: кросс по слабопересеченной местности до 1 км. П.И. «В горку и с горки» горки». Работа органов пищеварения.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
60.	Урок-соревнование. Соревнование по бегу 1000 м. Контроль бега 1000 м.	1	Применять беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирать индивидуальный темп передвижения	Формирование культуры своего “Я”.
61.	Обучение ходьбе. Обучение бегу с ускорением от 10 до 20 м.	1	Знать правила охраны труда на уроках физической культуры. Знать правила Т.Б. на уроках легкой атлетики.	Содействует социализации учеников

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
62.	Обучение бегу с ускорением от 10 до 20 м. Эстафеты с бегом на скорость. Контроль бега 30 м.	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость.	
63.	Обучение обычному бегу: бег, с изменением направления движения по указанию учителя, коротким, средним и длинным шагом. Эстафета "Смена сторон".	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон»	Обогащает представление об окружающей действительности
64.	Обучение навыкам бега: бег в чередовании с ходьбой, с преодолением препятствий (мячи, палки и т.п.) по размеченным участкам дорожки. Эстафета "Смена сторон".	1	Уметь правильно выполнять основные движения бега. Знать правила игры «Смена сторон»	Способствует интеллектуальному развитию
65.	Обучение прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь пробежать 60 м.	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей
66.	Урок-соревнование. Соревнования по челночному бегу 3х10м. Контроль челночного бега 3х10 м.	1	Уметь правильно выполнять метание с разбега на дальность. Знать название упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Формирование культуры своего “Я”.
67.	Обучение прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания 60-70 см. Эстафета «Вызов номеров».	1	Уметь правильно выполнять прыжки. Знать названия прыжкового инвентаря	Содействует социализации учеников
68.	Обучение метанию малого мяча с места, из положения стоя грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние. П.И. «Кто дальше бросит». Итоговая	1	Уметь правильно выполнять метание малого мяча на дальность и в цель. Знать названия метательных	Рациональное осмысление общечеловеческих и

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Воспитательный потенциал урока  (виды/формы деятельности)
	контрольная работа.		снарядов	социальных ценностей.
	Итого:68 часов			