

**Муниципальное образование
Ленинградский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
начальная общеобразовательная школа № 40 им.Н.Т.Воробьева
станции Ленинградской
муниципального образования
Ленинградский район**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре**

Уровень образования, класс – начальное общее образование, 1-4 класс

Количество часов – 405

Учитель– Подкидышев Александр Юрьевич

Программа разработана на основе примерной программы «Физическая культура 1-4 класс» федерального государственного образовательного стандарта, размещенной на сайте «Реестр примерных ООП» (<http://fgosreestr.ru/>) и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов». Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич, Москва.- «Просвещение».- 2012

**Муниципальное образование
Ленинградский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
начальная общеобразовательная школа № 40 им.Н.Т.Воробьева
станции Ленинградской
муниципального образования
Ленинградский район**

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
протокол от 29 августа 2016года № 1
Председатель педсовета
_____ Е.В.Бауэр

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре**

Уровень образования, класс – **начальное общее образование, 1-4 класс**

Количество часов – **405**

Учитель– **Подкидышев Александр Юрьевич**

Программа разработана на основе **примерной программы «Физическая культура 1-4 класс» федерального государственного образовательного стандарта, размещенной на сайте «Реестр примерных ООП» (<http://fgosreestr.ru/>)** и авторской программы **«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов»**. Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич, Москва.- «Просвещение».- 2012

Планируемые результаты освоения учебного предмет физическая культура

Предметом обучения физической культурой в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учетом этих особенностей целью программы по физической культуре в начальной школе является:

*Формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельностью.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

*укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

*совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

*формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

*развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

*обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:-ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

-раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

-ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

-организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

организовывать самоподготовку к сдаче норм ВФСК ГТО.

Выпускник получит возможность научиться:

-выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

-характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;

-планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

-отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

-организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

-измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности

(сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

-выполнять комплексы упражнений, направленных на подготовку к выполнению норм ВФСК ГТО и организацию недельного двигательного режима.

Выпускник получит возможность научиться:

-вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

-целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

-выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

-выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

-выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;

-выполнять организующие строевые команды и приёмы;

-выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

-выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);

-выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);

-выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

-сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

Выпускник получит возможность научиться:

-выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

-играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;

-выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре:

1 класс

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуры

- 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 и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- 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, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- 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.
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре
В результате освоения программного материала ученик получит знания:

Знания о физической культуре. Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получают первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получают представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получают первоначальные

сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

Гимнастика с элементами акробатики. Ученики научатся строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйся», «смирно», «по порядку рассчитайся», «на первый-второй рас-считайся», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; прыжки со скакалкой. Перелезание через гимнастического коня.

Легкая атлетика. Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3х 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и бокового разбега; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км

Подвижные игры. Ученики научатся играть в подвижные игры: «Гуси-лебеди», «К своим флажкам», «Пятнашки», «Прыгающие воробушки», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Зайцы в огороде», «Кто дальше бросит», «Лисы и куры», «Кто дальше бросит», «Охотники и утки», «Забросай противника мячами», «Метко в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Светофор» «День и ночь»; выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

2 класс

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- 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 и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- 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, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре

- 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.
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре
В результате освоения программного материала ученик получит знания:

Знания о физической культуре — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;

Гимнастика с элементами акробатики — строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, группировки, перекуты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях перелезание через гимнастического коня, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;

Легкая атлетика — технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег 3 x Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого и бокового разбега, эстафеты «Смена сторон», «Круговая эстафета», броски набивного мяча (0.5 кг), кросс по слабопересеченной местности до 1 км.

Подвижные игры — Ученики научатся играть в подвижные игры: «Гуси-лебеди», «К своим флажкам», «Пятнашки», «Прыгающие воробушки», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Зайцы в огороде», «Кто дальше бросит», «Лисы и куры», «Кто дальше бросит», «Охотники и утки», «Забросай противника мячами», «Метко в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Светофор» «День и ночь»; выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

3 класс

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре.

- 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 и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- 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, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- 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.
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

Знания о физической культуре— выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, вести дневник самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяснять, что такое пас и его значение для спортивных игр с мячом, что такое осанка и методы сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;

Гимнастика с элементами акробатики — выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраиваться в одну, две и три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на матах, с мячом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запоминать временные отрезки, выполнять перекаты, кувырок вперед с места, выполнять комбинацию из основных элементов, кувырок назад, проходить станции круговой тренировки, лазать и перелезать по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, прыгать в скакалку в тройках, выполнять упражнения на гимнастическом бревне.

Легкая атлетика— технике высокого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3 x 10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега и бокового разбега, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, различные эстафеты.

Подвижные и спортивные игры — давать пас ногами и руками, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Мяч ловцу», «Охотники и утки» «Игры с ведением мяча» играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

4 класс

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре.

- 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 и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- 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, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- 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.
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
 - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
 - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
 - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
 - организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
 - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
 - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
 - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
 - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
 - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
 - технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

Знания о физической культуре- выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, вести дневник самоконтроля, рассказывать историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне;

Гимнастика с элементами акробатики — выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, мост, упражнения на гимнастическом бревне, опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, прыгать в скакалку самостоятельно, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, гимнастическими палками, набивными мячами, скакалками, обручами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;

Легкая атлетика— пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега и бокового разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м по пересеченной местности, передавать эстафетную палочку;

Подвижные и спортивные игры—давать пас ногами и руками, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Мяч ловцу», «Охотники и утки» «Игры с ведением мяча» играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

Содержание учебного предмета физическая культура

Структура и содержание учебного предмета задаются в программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

- 1.«Знания о физической культуре»(12ч.)
- 2.«Способы двигательной деятельности»(12ч.)
- 3.«Физическое совершенствование».(381ч.)

1.Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека:

- знания о природе (медико-биологические основы деятельности);
- знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности);
- знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

2.Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представление о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

3. Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает:

- жизненно важные навыки и умения;
- подвижные игры и двигательные действия из видов спорта;
- общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определённую традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в тематических разделах:

- «Гимнастика с основами акробатики»
- «Легкая атлетика»
- «Подвижные и спортивные игры»
- «Лыжные гонки»
- «Плавание».

Каждый тематический раздел программы также дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание программы входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

При планировании учебного материала программы допускается для бесснежных районов РФ заменять тему «Лыжные гонки» на углубленное освоение содержания тем «Гимнастика» и «Подвижные игры». Содержание раздела «Плавание» разрешается заменять его содержание легкоатлетическим и общеразвивающими упражнениями.

В разделе «Тематическое планирование» излагаются темы основных разделов программы и приводятся характеристики деятельности учащихся. Данные характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые должны быть получены в конце освоения содержания учебного курса.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы:

- по истории физической культуры;
- личной гигиене;
- основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников Элементарным умениям:

- самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность;
- оказывать доврачебную помощь при лёгких травмах.

Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся:

- 1.Разнообразные уроки физической культуры.
- 2.Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.
- 3.Самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Для более качественного освоения предметного содержания программы рекомендуется уроки физической культуры подразделять на три типа:

- 1.Образовательно-познавательной направленности.
- 2.Образовательно-предметной направленности.
- 3.Образовательно- тренировочной направленности.

На уроках с образовательно-познавательной направленности учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, лёгкой атлетике, подвижных игр. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения(например, названия упражнения или описание техники их выполнения ит.п.)

Уроки с образовательно - тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жёсткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части . Помимо целенаправленного развития физических качеств, на

уроках с образовательно- тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представление о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и её влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над её величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

Содержание начального общего образования по учебному предмету.

Знания о физической культуре. (12часов)

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями, по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями, организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры.

История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народов. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения.

Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности. (12часов)

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных 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. (381ч)

Физкультурно-оздоровительная деятельность. (8ч)

Комплексы 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.

Подготовка к выполнению видов испытаний(тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Спортивно-оздоровительная деятельность. (373ч)

Гимнастика с основами акробатики. 84ч.)

Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

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

Акробатические комбинации. Например,: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд 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 вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера.

Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. (108ч)

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 и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Подвижные и спортивные игры. (181ч)

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

На материале лёгкой 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; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Народные подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения:

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в

На материале гимнастики с основами акробатики:

приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении,

положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.

На материале лёгкой атлетики.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочерёдно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперёд (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

**2. Тематическое планирование с указанием часов,
отводимых на освоение каждой темы**

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов						Итого
		Примерная программа	Рабочая программа	Рабочая программа по классам				
				1	2	3	4	
1.	Знания о физической культуре	12	12	3	3	3	3	12
2.	Способы физкультурной деятельности	12	12	3	3	3	3	12
3.	Физическое совершенствование	381	381	93	96	96	96	
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	8	8	2	2	2	2	8
3.2	Гимнастика	81	84	21	21	21	21	
3.3	Легкоатлетические упражнения	101	108	27	27	27	27	
3.4	Подвижные игры	109	181	43	46	46	46	
3.5	Лыжная подготовка	82						
3.6	Плавание		-					
	ИТОГО:	405	405	99	102	102	102	

**СЕТКА ЧАСОВ
РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ
НА РАЗЛИЧНЫЕ РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ
В 1 КЛАССЕ.**

№ п/п	Вид программного материала	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Знания о физической культуре	1		1	1
2.	Способы физкультурной деятельности	1		1	1
3.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	1			1
4.	Гимнастика с основами акробатики		21		
5.	Лёгкая атлетика	21			6
6.	Подвижные игры			28	15
	ИТОГО:	24	21	30	24

**СЕТКА ЧАСОВ
РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ**

**НА РАЗЛИЧНЫЕ РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ
ВО 2 КЛАССЕ.**

№ п/п	Вид программного материала	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Знания о физической культуре			2	1
2.	Способы физкультурной деятельности			1	2
3.	Физкультурно - оздоровительная деятельность				2
4.	Гимнастика с основами акробатики		21		
5.	Лёгкая атлетика	27			
6.	Подвижные игры			27	19
	ИТОГО:	27	21	30	24

**СЕТКА ЧАСОВ
РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ
НА РАЗЛИЧНЫЕ РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ
В 3 КЛАССЕ.**

№ п/п	Вид программного материала	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Знания о физической культуре	2			1
2.	Способы физкультурной деятельности	2		1	
3.	Физкультурно - оздоровительная деятельность	1			1
4.	Гимнастика с основами акробатики		21		
5.	Лёгкая атлетика	22			5
6.	Подвижные игры			29	17
	ИТОГО:	27	21	30	24

**СЕТКА ЧАСОВ
РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ
НА РАЗЛИЧНЫЕ РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ
В 4 КЛАССЕ.**

№ п/п	Вид программного материала	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Знания о физической культуре			2	1

2.	Способы физкультурной деятельности			1	2
3.	Физкультурно - оздоровительная деятельность				2
4.	Гимнастика с основами акробатики		21		
5.	Лёгкая атлетика	27			
6.	Подвижные игры			27	19
	ИТОГО:	27	21	30	24

3. Тематическое планирование

1 класс				
Раздел	Кол-во часов	Тема урока	Кол-во часов	Универсальные учебные действия (метапредметные: коммуникативные, регулятивные, познавательные)
Знания о физической культуре	1 (из 3)	Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр.	1	Регулятивные Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными играми. Познавательные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Способы физической деятельности	1 (из 3)	Комплексы упражнений для развития физических качеств	1	Регулятивные Составлять индивидуальный режим дня. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Познавательные Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. Моделировать комплексы упражнений с учётом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости. Коммуникативные Уметь осуществлять взаимопомощь со сверстниками и учителем.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	1 (из 2)	Комплекс дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.	1	Регулятивные Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз. Познавательные Составлять комплексы дыхательных упражнений, комплексы упражнений для глаз. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Лёгкая атлетика	21 (из 27)	Бег 30 м. Игра «Вызов номеров».	1	Регулятивные Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Осваивать технику бега различными способами. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.

		Бег с ускорением до 20м. Прыжок в длину с места.	1	Регулятивные Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Познавательные Описывать технику прыжковых упражнений. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Эстафеты: «Смена сторон», «Круговая эстафета» Метание малого мяча с места на дальность.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении бросков малого мяча. Познавательные Описывают технику выполнения метания мяча, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжок в длину с разбега.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжок в длину с разбега. Эстафета «Смена сторон».	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в длину с разбега. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Многоразовые прыжки (от 3-х до 8 прыжков) Метание малого мяча с места.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Осваивают технику бросков малого мяча с места. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе

			освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом).	1 Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжки в длину с разбега.	1 Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в длину с разбега. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Эстафета «Вызов номеров».	1
		Метание малого мяча с места на дальность.	1 Регулятивные Описывают технику выполнения метания мяча, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Научатся правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Обучение прыжкам в высоту (высота 40 см) с 3-4 шагов.	1 Регулятивные Умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту с 3-4 шагов. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжок в длину с места.	1 Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.

		Обычный бег с направлением изменения движения.		<p>Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в длину с места, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.</p>
		Совершенство прыжка в высоту (высота 40 см) с 3-4 шагов	1	<p>Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения нового.</p>
		Закрепление. Прыжки в высоту (высота 40 см) с 3-4 шагов	1	<p>Регулятивные Соблюдать правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту с 3-4 шагов.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений.</p>
		Контроль. Прыжки в высоту (высота 40 см) с 3-4 шагов	1	<p>Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику бега с изменениями направления движения.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений.</p>
		Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом).	1	<p>Регулятивные Умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту с 3-4 шагов.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.</p>
		Прыжок в длину с разбега. Обычный бег с изменением движения.	1	<p>Регулятивные Соблюдать правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту с 3-4 шагов.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе</p>

				освоения упражнений.
		Многоразовые прыжки (от 3-х до 8 прыжков) Метание малого мяча с места.	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Подготовка к кроссу по слабопересеченной местности до 1 км.	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Бросок набивного мяча (0,5 кг)	1	Регулятивные Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения броска. Познавательные Осваивают технику бросков набивного мяча. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых
Гимнастика	21 (из 21)	Группировка. Перекаты в группировке.	1	Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Группировка. Перекаты в группировке,	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений.

		лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Пройти бесшумно».		<p>Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p>
	1	Лазание по гимнастической стенке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка»		<p>Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p>
	1	Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. Лазание по гимнастической стенке. Игра «Ниточка и иголочка».		<p>Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p>
	1	Знакомство с новым видом инвентаря. Обучение. Перелезание через гимнастического коня.		<p>Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p>
	1	Перелезание через гимнастического коня. Контроль.		<p>Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p>
	1	Перешагивание через мячи, повороты на 90*. Игра «Змейка».		<p>Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Познавательные Осваивают технику лазания по гимнастическим снарядам.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических</p>

			упражнений.
	Повороты на 90*, ходьба по гимнастической скамейке. Обучение. Игра «Змейка».	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Описывают технику перешагивания через мячи; техника ходьбы по гимнастической скамейке. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
	Совершенствование. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, повороты на 90*.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику лазания по гимнастическим снарядам. Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
	Закрепление и контроль. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, повороты на 90*.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику лазания по гимнастическим снарядам. Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
	Повороты направо, налево, размыкание на вытянутые в стороны руки.	1	Познавательные Осваивают технику лазания по гимнастическим снарядам. Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев.	1	Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные

		Обучение.		Узнают название основных гимнастических снарядов. Выполняют строевые упражнения, упражнения в равновесии.
		Лазанье по наклонной скамейке стоя на коленях. Подтягивания , лежа на животе.	1	Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками при выполнении гимнастических упражнений. Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
		Контроль. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания , лежа на животе.	1	Познавательные Узнают название основных гимнастических снарядов. Выполняют строевые упражнения, упражнения в равновесии. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками при выполнении гимнастических упражнений.
		Игра «Ниточка и иголочка». Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях.	1	Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Узнают название основных гимнастических снарядов. Выполняют строевые упражнения, упражнения в равновесии. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками при выполнении гимнастических упражнений.
		Повороты налево, направо, размыкание на вытянутые в стороны руки. Перестроение по звеньям.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные: Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения гимнастических упражнений.
		Игра «Пройти бесшумно». Контроль. Повороты направо, налево, размыкание на вытянутые в стороны руки. Перестроение по звеньям.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения гимнастических упражнений.

		Перекаты в группировке, лежа на животе.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.
		Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.	1	Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Группировка. Контроль. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.
		Перестроение по звеньям. Контроль. Повороты направо, налево, размыкание на вытянутые в стороны руки.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения гимнастических упражнений.
Знания о физической культуре	1 (из 3)	Особенности физической культуры разных народов.	1	Регулятивные Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными играми. Познавательные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Способы физической культуры и деятельности	1 (из 3)	Измерение частоты сердечных сокращений. Игры и развлечения в летнее и зимнее время года. Игры: «К своим	1	Регулятивные Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными играми. Познавательные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и

		флажкам».		учителем.
Подвижные игры	28 (из 43)	«Два мороза», «К своим флажкам».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
		Обучение технике ведение мяча стоя на месте.	1	Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Совершенствование техники ведение в шаге.	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Контроль. Ведение мяча	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых

		стоя на месте и в шаге. Игра «Два мороза»		действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Играй, играй мяч не теряй», «Попади в обруч».	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Удары мяча на месте. «Мяч в обруч».	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
		Совершенство вание. Удары и остановки мяча ногами. «Мяч в корзину»	1	Познавательные Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Контроль. Удары и остановки мяча ногами. «Не давай мяча водящему».	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Лисы и куры», «Точный	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и

		расчет».		двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Ловля, передача, мяча.	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Совершенство ование техники ловли, передачи, броска и ведения мяча.	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Не давай мяча водящему».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Контроль. Ловля, передача, броски и ведение мяча.	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения

			<p>мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
	Ведение мяча в парах.	1	<p>Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча.</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр.</p>
	Совершенствование техники ведения мяча в парах.	1	<p>Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча.</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр.</p>
	Контроль. Введение мяча в парах.	1	<p>Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча.</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр.</p>
	«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки».	1	<p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные</p>

			Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Два мороза», «Мяч – водящему», «У кого меньше мячей».	1 Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Совершенство вание. Удары и остановки мяча ногами. «Мяч в корзину»	1 Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач Познавательные Изучают технику остановки мяча. Осваивают технику остановки мяча ногами. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Не задень ворота», «Подбери флажок при спуске», «Вакантное место».	1 Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Караси и щуки», «Космонавты», «Белые	1 Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении

		медведи», «У кого меньше мячей».		<p>технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		«Кто дальше бросит?», «Мяч на полу», «Вызов номеров», «Метко в цель».	1	<p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		«Кто обгонит?», «Гуси-лебеди», «Третий лишний».	1	<p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		Игра «Мяч водящему» Закрепление.	1	<p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении</p>

		Удары и остановки мяча ногами.		п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Прыгающие воробушки», «Два мороза», «У кого меньше мячей»	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из сп/игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Удары и остановки мяча ногами. «Мяч в корзину»	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Осваивают технику остановки мяча ногами. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Метание малого мяча с места на дальность. Эстафеты.	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Осваивают технику остановки мяча ногами. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
Лёгкая атлетика	6(из 27)	Бросок набивного мяча (0,5 кг)	1	Регулятивные Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Определяют ситуации,

			<p>требующие применения правил предупреждения травматизма.</p> <p>Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Раскрывают понятия: <i>скорость бега, дистанция, здоровье.</i></p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.</p>
	Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом).	1	<p>Регулятивные Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Определяют ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p> <p>Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Раскрывают понятия: <i>скорость бега, дистанция, здоровье.</i></p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.</p>
	Эстафеты: «Смена сторон», «Круговая эстафета» Метание малого мяча с места на дальность.	1	
	Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы, бега.	1	<p>Регулятивные Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Определяют ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p> <p>Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Раскрывают понятия: <i>скорость бега, дистанция, здоровье.</i></p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.</p>
	Подготовка к кроссу 1 км.	1	<p>Регулятивные Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Определяют ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p> <p>Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Раскрывают понятия: <i>скорость бега, дистанция, здоровье.</i></p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе</p>

				освоения беговых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Контроль. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км	1	Регулятивные Определяют ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Познавательные Учатся бегать в равномерном темпе до 10 минут; бегать по слабо пересеченной местности до 1 км. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
Знания о физической культуре	1 (из 3)	Развитие физической культуры в России.	1	Регулятивные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Познавательные Определять и кратко характеризовать физическую культуру в Российской Федерации. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Способы физической деятельности	1 (из 3)	Физкультминутки, правила их составления и выполнения. Техника безопасности.	1	Регулятивные Уметь контролировать свои эмоции, действия. Познавательные Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	1 (из 2)	Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	1	Регулятивные Моделировать действия при выполнении физических упражнений. Познавательные Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Подвижные игры	15 (из 43)	«Волки во рву», «К своим флажкам», «Пятнашки».	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча. Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.

		«Кто подходил», «Совушка», «Эстафета зверей», «Горячая картошка».	1	<p>Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча.</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Ведение мяча на месте.	1	<p>Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча.</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Ведение мяча в шаге.	1	<p>Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча.</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Контроль. Ведение мяча стоя на месте и в шаге. Игра «Зайцы в огороде».	1	<p>Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча.</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении</p>

			п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Играй, играй мяч не теряй», «Мяч в обруч».	1 Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча. Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Обучение. Удары и остановки мяча в шаге. «Попади в обруч».	1 Регулятивные Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр и во время усвоения нового материала. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр.
		Удары мяча на месте. Игра «Мяч в корзину».	1 Регулятивные Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр и во время усвоения нового материала. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр.
		Закрепление. Удары и остановки мяча ногами. «Альпинисты».	1 Регулятивные Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр и во время усвоения нового материала. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр.
		«Охотники и утки», «Удочка», «Ловишки».	1 Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча. Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в

			самостоятельной организации и проведении п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Ловля, передача мяча. Игра «Бросай - поймай».	1 Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности на уроках физической культуры. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные: Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Броски и ведение мяча. Игра «Овладей мячом».	1 Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности на уроках физической культуры. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные: Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх
		Совершенствование. Ловля, передача, броски и ведение мяча. Игра «Снайперы».	1 Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности на уроках физической культуры. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные: Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Прихлопни комара», «Мяч в кругу», «День ночь».	1 Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и во время броска и ведения мяча. Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча в парах. Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении

				п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Контроль. Ловля, передача, броски и ведение мяча.	1	Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности на уроках физической культуры. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные: Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
Итого	99			

Распределение разделов и тем

2 класс

2 класс				
Раздел	Кол-во часов	Тема урока	Кол-во часов	Универсальные учебные действия (метапредметные: коммуникативные, регулятивные, познавательные)
Лёгкая атлетика	27 (из 27)	Бег 30 м. Игра «Вызов номеров».	1	Регулятивные Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Осваивать технику бега различными способами. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Бег с ускорением до 20м.	1	Регулятивные Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Познавательные Описывать технику прыжковых упражнений. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Эстафеты: «Смена сторон», «Круговая эстафета»	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении бросков малого мяча. Познавательные Описывают технику выполнения метания мяча,

		Метание малого мяча с места на дальность. (Обучение).		осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжок в длину с разбега. (Обучение)	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжок в длину с разбега. Совершенствование. Эстафета «Смена сторон».	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Многоразовые прыжки (от 3-х до 8 прыжков) Метание малого мяча с места. Совершенствование.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Осваивают технику бросков малого мяча с места. Коммуникативные взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Соревнование в беге на 30м. (Отработка навыка). Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом).	1	Регулятивные Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Осваивать технику бега различными способами. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжки в	1	Регулятивные

		длина с разбега. (Контроль).		Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений.
		Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров».	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении бросков малого мяча. Познавательные Описывают технику выполнения метания мяча, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых при этом соблюдают правила безопасности.
		Метание малого мяча с места на дальность. (Контроль).	1	Регулятивные Описывают технику выполнения метания мяча, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Научатся правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Бросок набивного мяча (0,5 кг). (Обучение).	1	Регулятивные Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения броска. Познавательные Осваивают технику бросков набивного мяча. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Прыжок в длину с места. (Обучение). Обычный бег с направлением изменения движения.	1	Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в длину с места, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Бросок набивного мяча (0,5 кг).	1	Регулятивные Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения броска.

		Совершенство. Совершенство.		Познавательные Осваивают технику бросков набивного мяча. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Соревнование в беге на 30 м. (Совершенство). Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом).	1	Регулятивные Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Осваивать технику бега различными способами. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Эстафеты: «Смена сторон», «Круговая эстафета» Метание малого мяча с места на дальность.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении бросков малого мяча. Познавательные Описывают технику выполнения метания мяча, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых при этом соблюдают правила безопасности.
		Соревнование в беге на 30 м. (Контроль). Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом).	1	Регулятивные Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Познавательные Усваивают основные понятия и термины в беге и объясняют их назначение. Осваивать технику бега различными способами. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
		Прыжок в длину с разбега. (Отработка навыка). Обычный бег с направлением изменения движения.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают

			правила безопасности.
	Многоразовые прыжки (от 3-х до 8 прыжков). Метание малого мяча с места.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. Познавательные Осваивают технику бросков малого мяча с места. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Обучение).	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. Совершенствование.	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
	Прыжки в высоту (высота 40 см) с 3-4 шагов. (Обучение). Бросок набивного мяча (0,5 кг)	1	Регулятивные Умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения броска. Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту с 3-4 шагов. Осваивают технику бросков набивного мяча. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.
	Прыжки в высоту (высота 40 см) с 3-4 шагов. Совершенствование.	1	Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения нового.
	Прыжки в высоту (высота 40 см) с 3-4	1	Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.

		шагов. (Контроль).		Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения нового.
		Прыжки в высоту (высота 40 см) с 3-4 шагов. (Отработка навыка).	1	Регулятивные Контролируют величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Познавательные Осваивают технику прыжковых упражнений в высоту. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения нового.
		Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Контроль).	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Отработка навыка).	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.	1	Регулятивные Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Познавательные Раскрывают понятия: скорость бега, дистанция, здоровье. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
Гимнастика	21 (из 21)	Группировка. Перекаты в группировке.	1	Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений.
		Группировка. Перекаты в	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении

		группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.		гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Лазание по гимнастической стенке. Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Перешагивание через мячи, повороты на 90*, ходьба по гимнастической скамейке.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Перелезание через гимнастического коня.	1	Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Перешагивание через мячи, повороты на 90*, ходьба по гимнастической скамейке.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Из стойки на	1	Регулятивные

		лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев; кувырок в сторону. (Обучение).		Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений, пережаты, группировка, кувырок. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций: пережаты, кувырок. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев; кувырок в сторону. (Совершенствование)	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев; кувырок в сторону. (Контроль).	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений: стойка на лопатках, пережаты, кувырок. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Повороты направо, налево, размыкание на вытянутые в стороны руки. Перестроение по звеньям.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные: Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения гимнастических упражнений.
		Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе. (Обучение).	1	Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Узнают название основных гимнастических снарядов. Выполняют строевые упражнения, упражнения в равновесии. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками при выполнении гимнастических упражнений.
		Лазанье по наклонной	1	Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении

		скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе. (Совершенство)		гимнастических упражнений. Познавательные Узнают название основных гимнастических снарядов. Выполняют строевые упражнения, упражнения в равновесии. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками при выполнении гимнастических упражнений.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев; кувырок в сторону. (Контроль).	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений: стойка на лопатках, пережаты, кувырок. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе.	1	Регулятивные Соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Узнают название основных гимнастических снарядов. Выполняют строевые упражнения, упражнения в равновесии. Коммуникативные Взаимодействуют со сверстниками при выполнении гимнастических упражнений.
		Повороты направо, налево, размыкание на вытянутые в стороны руки. Перестроение по звеньям.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные: Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения гимнастических упражнений.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев; кувырок в сторону.	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений: стойка на лопатках, пережаты, кувырок. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.

		(Отработка навыка).		
		Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. (Обучение).	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. (Совершенствование)	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. (Контроль).	1	Регулятивные Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
		Повороты направо, налево, размыкание на вытянутые в стороны руки. Перестроение по звеньям.	1	Регулятивные Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Выявляют и характеризуют ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Познавательные Различают и выполняют строевые команды: «Направо!», «Налево!», «Разомкнись!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Коммуникативные: Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения гимнастических упражнений.
Знания о физической культуре	2 (из 3)	Возникновение первых соревнований	1	Регулятивные Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными играми. Познавательные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
		Особенности физической культуры разных народов.	1	Регулятивные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Познавательные Определять и кратко характеризовать физическую

				культуру в Российской Федерации. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Способы физической деятельности	1 (из 3)	Комплексы упражнений для развития физических качеств.	1	Регулятивные Моделировать действия при выполнении физических упражнений. Познавательные Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Подвижные игры	27 (из 46)	«Два мороза», «Пятнашки»	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Прыгающие воробушки», «Метко в цель»	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Ведение мяча стоя на месте и в шаге. (Обучение).	1	Познавательные Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
		Ведение мяча стоя на месте и в шаге.	1	Познавательные Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр.

	(Совершенство).		Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
	Ведение мяча стоя на месте и в шаге. (Контроль). «Два мороза»	1	Познавательные Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
	«Играй, играй мяч не теряй», «Попади в обруч».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
	Ловля и передача мяча в движении. «Мяч в корзину»	1	Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
	Ведением мяча (правой, левой рукой) по прямой. (Обучение)	1	Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
	Ведением мяча (правой, левой рукой) по прямой. (Совершенство)	1	Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
	«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки»	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных

			<p>задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча. (Обучение).	<p>1</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча. (Совершенствование).	<p>1</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки»	<p>1</p> <p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча. (Контроль).	<p>1</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча в парах. (Обучение).	<p>1</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Ловля, передача,	<p>1</p> <p>Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча.</p>

		броски и ведение мяча в парах. (Совершенство).		Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		Ловля, передача, броски и ведение мяча в парах. (Контроль).	1	Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Прыгающие воробушки», «Два мороза», «Мяч – водящему», «У кого меньше мячей».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Ловля и передача мяча в движении.	1	Познавательные Изучают технику передачи, броска и ведения мяча. Осваивают двигательное действие, составляющие содержание п/игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в

			<p>зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		<p>«Прыгающие воробушки», «Два мороза», «Мяч – водящему», «У кого меньше мячей».</p>	<p>1</p> <p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		<p>«У кого меньше мячей», «Прыгающие воробушки», «Мяч – водящему».</p>	<p>1</p> <p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		<p>«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки».</p>	<p>1</p> <p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении</p>

				технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Удары и остановки мяча ногами. «Мяч в корзину». (Обучение).	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач Познавательные Изучают технику остановки мяча. Осваивают технику остановки мяча ногами. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
		«Прыгающие воробушки», «Два мороза», «Мяч – водящему», «У кого меньше мячей».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Удары и остановки мяча ногами. «Мяч в корзину». (Совершенство).	1	Регулятивные Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач Познавательные Изучают технику остановки мяча. Осваивают технику остановки мяча ногами. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.
Знания о физической культуре	1 (из 3)	Развитие физической культуры в России	1	Регулятивные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Познавательные Определять и кратко характеризовать физическую культуру в Российской Федерации. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Способы физической деятельности	2 (из 3)	Измерение частоты сердечных сокращений. Игры и развлечения в летнее и зимнее время	1	Регулятивные Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными играми. Познавательные Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека. Коммуникативные

		года. Формировани е ГТО (готовности к труду и обороне)		Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем.
		Физкультмин утки, правила их составления и выполнения. Техника безопасности. Формировани е ГТО (готовности к труду и обороне)	1	Регулятивные Уметь контролировать свои эмоции, действия. Познавательные Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. Коммуникативные Уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Физкульт урно- оздоровит ельная деятельно сть	2 (из 2)	Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Формировани е ГТО (готовность к труду и обороне)	1	Регулятивные Составлять индивидуальный режим дня. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Познавательные отбирать составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. Моделировать комплексы упражнений с учётом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости. Коммуникативные: уметь осуществлять взаимопомощь со сверстниками и учителем.
		Комплек дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз	1	Регулятивные Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз. Познавательные составлять комплексы дыхательных упражнений, комплексы упражнений для глаз. Коммуникативные: уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем. Осуществлять взаимопомощь.
Подвижн ые игры	19 (из 46)	«Два мороза», «Пятнашки»	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Прыгающие воробушки», «Метко в	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки

		цель».		при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		Ведение мяча стоя на месте и в шаге. (Обучение).	1	Регулятивные Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр и во время усвоения нового материала. Познавательные излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх
		Ведение мяча стоя на месте и в шаге. (Совершенствование).	1	Регулятивные Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр и во время усвоения нового материала. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх
		Ведение мяча стоя на месте и в шаге. (Контроль). «Два мороза».	1	Регулятивные Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила безопасности во время подвижных игр и во время усвоения нового материала. Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх
		«Играй, играй мяч не теряй», «Попади в обруч».	1	Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Познавательные

			Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Попади в обруч». «Играй, играй мяч не теряй».	1 Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Играй, играй мяч не теряй», «Выбивной», «Номера».	1 Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки».	1 Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Коммуникативные взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.
		«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки»	1 Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.

			<p>Познавательные осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча. (Обучение).	<p>1</p> <p>Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные: Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча. (Совершенствование).	<p>1</p> <p>Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Познавательные Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные: Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча. (Контроль).	<p>1</p> <p>Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Познавательные излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные: взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки».	<p>1</p> <p>Регулятивные Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные: взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		Ловля, передача, броски и ведение мяча.	<p>1</p> <p>Регулятивные Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой</p>

		(Отработка навыка).		<p>деятельности.</p> <p>Познавательные излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные: взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх.</p>
		«Играй, играй мяч не теряй», «Попади в обруч».	1	<p>Регулятивные</p> <p>Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные</p> <p>Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		«Два мороза», «Пятнашки».	1	<p>Регулятивные</p> <p>Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные</p> <p>Осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные</p> <p>Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
		«Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Пятнашки».	1	<p>Регулятивные</p> <p>Соблюдают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/игр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий из СП/игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Познавательные осваивают технические действия из игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Коммуникативные: взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/играх. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p>
Итого	102			

3 класс				
Раздел	Кол-во часов	Тема урока	Кол-во часов	Универсальные учебные действия (метапредметные: коммуникативные, регулятивные, познавательные)
Знания о физической культуре	2 (из 3)	Влияние физических упражнений, закалывающих процедур, личной гигиены и режима дня на укрепление здоровья	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения.
		Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр.	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения.
<i>Легкая атлетика</i>	22(из 27)	Бег с ускорением до 20м. Прыжок в длину с места	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать технику метания мяча с места на дальность.
		Метание малого мяча с места на дальность	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать технику метания мяча с места на дальность.
		Прыжок в длину с разбега	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега.
		Прыжок в длину с разбега. Эстафета «Встречная		<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.

	эстафета»	1	<p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Встречная эстафета».</p>
	Многоразовые прыжки (до 10 прыжков) Метание малого мяча с места	1	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять многоразовые прыжки (до 10 прыжков).</p>
	Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом)	1	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: рассказывать техник бега на 30 м. с изменением направления движения.</p>
	Прыжки в длину с разбега	1	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега.</p>
	Эстафеты «Круговая эстафета», «Встречная эстафета»	1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Метание малого мяча с места на дальность		<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p>

		1	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закрепить технику метания мяча с места на дальность.
	Бросок набивного мяча (1 кг).	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата <i>Познавательные:</i> Закрепление знаний о работе органов дыхания и сердечнососудистой системы.
	Прыжок в длину с места. Бег с изменением длины и частоты шагов	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закрепить технику бега с изменением направления движения.
	Бросок набивного мяча (1 кг.)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата <i>Познавательные:</i> Закрепление знаний о работе органов дыхания и сердечнососудистой системы.
	Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом)	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закрепить технику бега на 30 м. с изменением направления движения.
	Метание малого мяча с места на дальность	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закрепить технику метания мяча с места на дальность.
	Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом).	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать техник бега на 30 м. с изменением направления движения.
	Прыжок в длину		<i>Коммуникативные:</i> сохранять доб-

	с разбега	1	<p>рожелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: рассказывать техник бега с изменением направления движения.</p>
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.(обучение)	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p> <p>Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закалывания для укрепления здоровья.</p>
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (совершенствование)	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p> <p>Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закалывания для укрепления здоровья.</p>
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (совершенствование)	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях</p> <p>Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закалывания для укрепления здоровья.</p>
	Прыжки в высоту (высота 70 см) с 3-4 шагов. Бросок набивного мяча (0,5 кг)(обучение)	1	<p>Коммуникативные: Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Регулятивные: Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Прыжки в высоту с бокового разбега. (обучение)	1	<p>Коммуникативные: Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Регулятивные: Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Прыжки в высоту с бокового разбега.(соверше		<p>Коммуникативные: Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений</p> <p>Регулятивные: Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и</p>

		нствование)	1	анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
Способы физической деятельности	2 (из 3)	Комплексы упражнений для развития физических качеств	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
		Измерение частоты сердечных сокращений. Игры и развлечения в летнее и зимнее время года	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	1 (из 2)	Комплекс дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз Подготовка к выполнению видов испытаний(тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, планировать свои действия. Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
Гимнастика	21	Кувырок назад. Кувырок вперед (обучение)	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники

				безопасности при выполнении кувырка вперед и кувырка назад.
		Кувырок назад. Кувырок вперед (совершенствование)	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках.
		Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла.(обучение)	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Регулятивные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Познавательные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации.
		Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла. (совершенствование)	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Регулятивные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Познавательные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации.
		Перелезание через препятствие. Кувырок назад	1	Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и

				стойки на лопатках.
	Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Ходьба по бревну приставными шагами	1		Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках.
	Перелазание через гимнастического коня	1		Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках.
	Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла. (совершенствование)	1		Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Регулятивные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
	Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла.(закрепление навыков)	1		Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Регулятивные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
	Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост из положения лежа на спине.	1		Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание.
	Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев	1		Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание.
	Построение в	1		Коммуникативные: работать в группе,

	две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга. Передвижение по диагонали, противоходом		добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> строиться в две шеренги различными способами.
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе.(обучение)	1	<i>Коммуникативные:</i> Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий <i>Регулятивные:</i> Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата <i>Познавательные:</i> Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе(совершенствование)	1	<i>Коммуникативные:</i> Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий <i>Регулятивные:</i> Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата <i>Познавательные:</i> Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Комбинация из освоенных элементов	1	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции. <i>Познавательные:</i> Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> лазать и перелезать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами.
	Построение в две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга. Передвижение по диагонали, противоходом	1	<i>Коммуникативные:</i> работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> строиться в две шеренги различными способами.
	Комбинация из освоенных элементов	1	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции. <i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию на кольцах и упражнения на бревне, проходить станции круговой тренировки.

		Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла.(совершенство)	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <i>Регулятивные:</i> осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
		Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла. (закрепление навыков)	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <i>Регулятивные:</i> осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
<i>Способы физической деятельности</i>	1 (из 3)	Комплексы упражнений для развития физических качеств	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. <i>Регулятивные:</i> умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий <i>Познавательные:</i> осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
<i>Подвижные игры</i>	46	Ловля и передача мяча на месте и в движении.(обучение)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать технику ловли и передачи мяча.
		Ловля и передача мяча на месте и в движении.(совершенство)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		Ведение мяча с изменением направления. «Овладей мячом»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		«Метко в цель», «Волк во рву»		<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между

		1	<p>сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.</p>
	«Метко в цель», «Два Мороза».	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.</p>
	«Прыжки по полосам», «Метко в цель»	1	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты передач мяча..</p>
	Ловля и передача мяча в треугольниках, квадратах, кругах.(обучение)	1	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты передач мяча..</p>
	Ловля и передача мяча в треугольниках, квадратах, кругах (совершенствование)	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.</p>
	Ведение мяча с изменением направления. «Овладей мячом»	1	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции.</p> <p>Познавательные: Овладеть ведением мяча с применением игр.</p>
	«Охотники и утки», «Перестрелка»	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.</p>
	Ловля и передача мяча в		<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p>

	движении. «Перестрелка»	1	<i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции. <i>Познавательные:</i> овладеть ведением мяча с применением игр.
	Броски в цель «Борьба за мяч»	1	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции. <i>Познавательные:</i> овладеть ведением мяча с применением игр.
	Броски в цель «Борьба за мяч» «Перестрелка»	1	<i>Коммуникативные:</i> осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Вызовы по имени», «Волк во рву», «Перестрелка»	1	<i>Коммуникативные:</i> осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча (совершенствование)	1	<i>Коммуникативные:</i> формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. <i>Регулятивные:</i> умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. <i>Познавательные:</i> осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча (закрепление навыка)	1	<i>Коммуникативные:</i> осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Вызовы по имени», «Волк во рву», «Перестрелка»	1	<i>Коммуникативные:</i> осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ведение мяча с	1	<i>Коммуникативные:</i> осуществлять

	изменением направления. «Овладей мячом»		продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча в парах	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ведение мяча с изменением направления	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Перестрелка», «Волк во рву», «Охотники и утки»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Перестрелка», «Охотники и утки»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля и передача мяча в движении	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Перестрелка»,	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять

	«Волк во рву», «Снайперы»		продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Волк во рву», «Снайперы»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Борьба за мяч». Удары по воротам в футболе	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Удары по воротам в футболе	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Удары и остановки мяча ногами. Удары по воротам в футболе	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Вызовы по имени», «Перестрелка»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Удары и остановки мяча ногами. «Гонка мячей по кругу». (обучение)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Удары и	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять

	остановки мяча ногами. «Гонка мячей по кругу». (совершенствование)		продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Удары и остановки мяча ногами. «Быстро и точно». (совершенствование)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Удары и остановки мяча ногами. (контроль)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Перестрелка», «Мини-гандбол»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Перестрелка», «Мини-баскетбол»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ведение мяча с изменением направления и скорости	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ведение мяча с изменением направления и скорости «Мини-баскетбол»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ведение мяча	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять

	стоя на месте и в шаге. «Мини-гандбол»		продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Варианты игры в футбол», «Вызовы по имени»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Варианты игры в футбол», «Вызовы по имени» «Перестрелка»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Мини-гандбол», «Охотники и утки»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Перестрелка», «Охотники и утки», «Вызовы по имени»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Варианты игры в футбол», «Вызовы по имени»	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча (совершенствование)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля, передача,	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять

		броски и ведение мяча (обучение)		продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
<i>Легкая атлетика</i>	5 (из 27)	Прыжки в длину с разбега	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега
		Метание мяча. Прыжки в длину с места	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закреплять технику метания мяча с места на дальность.
		Бег 30 метров. «Круговая эстафета»	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать технику бега на 30 м.
		Прыжки в длину с разбега	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закреплять технику метания мяча с места на дальность.
		Метание мяча «Круговая эстафета»	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закреплять технику метания мяча с места на дальность.
<i>Физкультурно-оздоровительная деятельность</i>	1 (из 2)	Комплекс дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. <i>Регулятивные:</i> умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий

				<i>Познавательные:</i> осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
<i>Знание о физической культуре</i>	1 (из 3)	Влияние физических упражнений, закалывающих процедур, личной гигиены и режима дня на укрепление здоровья	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. <i>Регулятивные:</i> умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий <i>Познавательные:</i> осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.

4 класс				
Раздел	Кол-во часов	Тема урока	Кол-во часов	Универсальные учебные действия (метапредметные: коммуникативные, регулятивные, познавательные)
<i>Лёгкая атлетика</i>	27	Бег с ускорением до 20м. Прыжок в длину с места	1	<i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников <i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Познавательные:</i> рассказывать технику бега на 20 м.
		Метание малого мяча с места на дальность	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать технику метания мяча с места на дальность.
		Прыжки в длину с разбега	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега.
		Прыжок в длину с разбега. Эстафета «Встречная эстафета»	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Встречная эстафета».
		Многоразовые прыжки (до 10 прыжков) Метание малого мяча с места	1	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды

			<p>деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять многоразовые прыжки (до 10 прыжков).</p>
	Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом). (Обучение)	1	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать техник бега на 30 м. с изменением направления движения.</p>
	Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом). (Закрепление навыка)	1	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать техник бега на 30 м. с изменением направления движения.</p>
	Прыжки в длину с разбега	1	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега.</p>
	Эстафеты «Круговая эстафета», «Встречная эстафета»	1	<p><i>Коммуникативные:</i> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. <i>Регулятивные:</i> Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. <i>Познавательные:</i> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Метание малого мяча с места на дальность	1	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать</p>

			оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закрепить технику метания мяча с места на дальность.
	Бросок набивного мяча (0,5 кг)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата <i>Познавательные:</i> Закрепление знаний о работе органов дыхания и сердечнососудистой системы.
	Прыжок в длину с места. Бег с изменением длины и частоты шагов	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закрепить технику бега с изменением направления движения.
	Бросок набивного мяча (0,5 кг)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата <i>Познавательные:</i> Закрепление знаний о работе органов дыхания и сердечнососудистой системы.
	Соревнование в беге на 30м. Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом)	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> закрепить технику бега на 30 м. с изменением направления движения.
	Эстафеты: «Смена сторон», «Круговая эстафета» Метание малого мяча с места на дальность	1	<i>Коммуникативные:</i> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. <i>Регулятивные:</i> Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. <i>Познавательные:</i> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Соревнование в беге на 30м.	1	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу,

	Обычный бег, с изменением направления движения. (Коротким, средним и длинным шагом). (Закрепление навыка)		устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: закрепить технику бега на 30 м. с изменением направления движения.
	Прыжок в длину с разбега. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказывать технику бега с изменением направления движения.
	Прыжки в длину с разбега. (Закрепление навыка)	1	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказывать технику бега с изменением направления движения.
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Обучение)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закалывания для укрепления здоровья.
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закалывания для укрепления здоровья.
	Прыжки в высоту (высота 70 см) с 3-4 шагов. Бросок набивного мяча (0,5 кг)	1	Коммуникативные: Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Регулятивные: Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.

	Прыжки в высоту с бокового разбега. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Регулятивные: Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Прыжки в высоту с бокового разбега. (Закрепление навыков)	1	Коммуникативные: Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Регулятивные: Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Прыжки в высоту с бокового разбега. (Контроль)	1	Коммуникативные: Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений Регулятивные: Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Познавательные: Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья.
	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Закрепление навыков)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья.

				здоровья.
		Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. (Контроль)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях Познавательные: Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья.
Гимнастика	21	Кувырок назад. Кувырок вперед. (Обучение)	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и кувырка назад.
		Кувырок назад. Кувырок вперед. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и кувырка назад.
		Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Регулятивные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений. Познавательные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила

				техники безопасности при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках.
		Перелазание через препятствие. Кувырок назад	1	Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Ходьба по бревну приставными шагами	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках.
		Перелазание через гимнастического коня	1	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки Познавательные: закрепить правила техники безопасности при выполнении кувырка вперед и стойки на лопатках.
		Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. Регулятивные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
		Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат	1	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по

	вперед в упор присев		образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание.
	Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост из положения лежа на спине	1	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание.
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе. (Обучение)	1	Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата Познавательные: Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекач вперед в упор присев	1	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание.
	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания,	1	Коммуникативные: Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или

	лежа на животе		ошибочность результата <i>Познавательные:</i> Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Комбинация из основных элементов	1	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции. <i>Познавательные:</i> Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекач вперед в упор присев	1	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание.
	Построение в две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга. Передвижение по диагонали, противоходом.	1	<i>Коммуникативные:</i> работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> строиться в две шеренги различными способами.
	Комбинация из основных элементов	1	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции. <i>Познавательные:</i> Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты.
	Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла. (Совершенствование)	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <i>Регулятивные:</i> осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
	Опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла. (Закрепление навыка)	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций. <i>Регулятивные:</i> осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий

				по гимнастике с элементами акробатики; выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
<i>Знания о физической культуре</i>	2 (из 3)	Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр	1	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, изучение Олимпийского движения.
		Особенности физической культуры разных народов	1	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: Изучение традиций, особенностей физической культуры разных народов.
<i>Способы физкультурной деятельности</i>	1 (из 3)	Комплексы упражнений для развития физических качеств	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
<i>Подвижные игры</i>	27 (из 46)	Ловля и передача мяча на месте и в движении. (Обучение)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать технику ловли и передачи мяча.
		Ловля и передача мяча на месте и в движении. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать технику ловли и передачи мяча.
		Ведение мяча с изменением	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между

	направления. «Овладей мячом»		сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Метко в цель», «Волк во рву». (Обучение)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Метко в цель», «Волк во рву». (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	«Прыжки по полосам», «Метко в цель»	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля и передача мяча в треугольниках, квадратах, кругах. (Обучение)	1	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты передач мяча.
	Ловля и передача мяча в треугольниках, квадратах, кругах. (Закрепление навыка)	1	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты передач мяча.

	Ведением мяча с изменением направления «Овладей мячом»	1	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции.</p> <p>Познавательные: Овладеть ведением мяча с применением игр.</p>
	«Охотники и утки», «Перестрелка»	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.</p>
	Ловля и передача мяча в движении. «Перестрелка»	1	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции.</p> <p>Познавательные: Овладеть ведением мяча с применением игр.</p>
	Броски в цель «Борьба за мяч». (Обучение)	1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Броски в цель «Борьба за мяч». (Совершенствование)	1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	«Вызови по имени», «Волк во рву», «Перестрелка»	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль,</p>

			коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча . (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча в парах. (Закрепление навыка)	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	«Вызови по имени», «Волк во рву», «Перестрелка»	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ведение мяча с изменением направления. «Овладей мячом»	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Ловля и передача мяча в движении	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании

			упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Ловля, передача, броски и ведение мяча в парах	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	Ведение мяча с изменением направления	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
	«Охотники и утки», «Перестрелка»	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
	Перестрелка», «Волк во рву», «Снайперы»	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.

				<i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		Ловля и передача мяча в движении	1	<i>Коммуникативные:</i> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. <i>Регулятивные:</i> Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. <i>Познавательные:</i> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
		Перестрелка», «Волк во рву», «Снайперы». (Совершенствование)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		Перестрелка», «Волк во рву», «Снайперы». (Закрепление навыков)	1	<i>Коммуникативные:</i> Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами <i>Регулятивные:</i> Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. <i>Познавательные:</i> Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		«Борьба за мяч». Удары по воротам в футболе	1	<i>Коммуникативные:</i> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. <i>Регулятивные:</i> Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. <i>Познавательные:</i> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
<i>Знания о физической культуре</i>	1 (из 3)	Развитие физической культуры в России	1	<i>Коммуникативные:</i> уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. <i>Регулятивные:</i> умения принимать и сохранять учебную задачу, планировать

				свои действия. Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
Способы физкультурной деятельности	2 (из 3)	Измерение частоты сердечных сокращений. Игры и развлечения в летнее и зимнее время года	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
		Физкультминутки, правила их составления и выполнения. Техника безопасности	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
Подвижные игры	19 (из 46)	«Борьба за мяч». Удары по воротам в футболе	1	
		Удары и остановки мяча ногами. Удары по воротам в футболе	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
		«Вызови по имени», «Перестрелка»	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.

				<p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Удары и остановки мяча ногами. «Гонка мячей по кругу». (Совершенствование)		1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Удары и остановки мяча ногами. «Гонка мячей по кругу». (Закрепление навыка)		1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	Удары и остановки мяча ногами. (Контроль)		1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	«Перестрелка»,		1	<p>Коммуникативные: Осуществлять</p>

		«Мини-гандбол»		продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		«Перестрелка», «Мини-баскетбол»	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		Ведение мяча с изменением направления и скорости. (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
		Ведение мяча с изменением направления и скорости (Закрепление навыка)	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.
		Ведение мяча стоя на месте и в шаге. «Мини-гандбол» (Закрепление навыка)	1	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации

			<p>мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	«Варианты игры в футбол», «Вызови по имени» (Контроль)	1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	«Варианты игры в футбол», «Вызови по имени» (Совершенствование)	1	<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p>
	«Мини-гандбол», «Охотники и утки» (закрепление навыка)	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.</p>
	«Мини-гандбол», «Охотники и утки» (Совершенствование)	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.</p> <p>Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.</p>
	«Перестрелка», «Охотники и	1	<p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между</p>

		утки», «Вызови по имени»		сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		«Варианты игры в футбол», «Вызови по имени» (Совершенствование)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		«Варианты игры в футбол», «Вызови по имени» (Закрепление навыка)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
		«Варианты игры в футбол», «Вызови по имени» (Контроль)	1	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Познавательные: Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом.
Физкультурно-оздоровительная деятельность	2	Комплексы упражнений на развитие физических качеств Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений; оценивать правильность выполнения двигательных действий Познавательные: осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий.
		Комплекс дыхательных упражнений. Гимнастика для	1	Коммуникативные: уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении. Регулятивные: умения принимать и

