

Годовой план-график распределения учебного времени в классе

№	Наименование раздела (модуль)	Кол-во часов	I	II	III	IV
1. Знания о физической культуре.						
1.1	Знания о физической культуре	3	2		1	
1.2	Способы самостоятельной деятельности	4			2	2
1.3	Оздоровительная физическая культура	2			2	
2. Физическое развитие.						
2.1	Легкая атлетика (модуль «Легкая атлетика»)	10	5			5
2.2	Гимнастика (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	16		16		
2.3	Танцевальные упражнения (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	5		5		
2.4	Лыжная подготовка (модуль «Лыжная подготовка»)	12			12	
3. Подвижные и спортивные игры.						
3.1	Баскетбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.2	Волейбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.3	Футбол(модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4				4
3.4	Подвижные игры – эстафеты (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4			3	1
4. Прикладно-ориентированная физическая культура						
4.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	25	9		10	6
Итого:		99	24	24	27	24

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

1 класс. 1 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Знания о физической культуре - 2 часа							
1	1	1			Вводный инструктаж по технике безопасности ИТБ № 44-03-23. Что такое физическая культура.	- Понимать и пересказывать тексты по физической культуре.	- Формирование знаний в области физической культуры;
2	2	1			Первичный инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23 Чему обучают на уроках физической культуры. Современные физические упражнения	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по легкой атлетике.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
Легкая атлетика - 10 часов							
3	1	1			Чем отличается ходьба от бега.	- Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях. - Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений. - Проявлять качества выносливости, быстроты и гибкости при выполнении беговых и прыжковых упражнений. - Применять правила техники	- Формирование знаний в области физической культуры;
4	2	1			Упражнения в передвижении с равномерной скоростью		- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
5	3	1			Упражнения в передвижении с равномерной скоростью		- Формирование гражданственности и патриотизма;
6	4	1			Упражнения в передвижении с изменением скорости		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
7	5	1			Упражнения в передвижении с изменением скорости		- Повышение физкультурной грамотности школьников;
8	6	1			Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью		- Стимулирование положительной
9	7	1			Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой		

					скоростью	безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений. - Проявлять дисциплинированность во время выполнения легкоатлетических упражнений.	мотивации к физической культуре; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
10	8	1		Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения			
11	9	1		Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения.			
12	10	1		Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой			
Подвижные игры – 8 часов.							
13	1				Считалки для подвижных игр	- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх. - Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных играх. - Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности. - Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности. - Перестраивать движения в	- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;
14	2	1			Разучивание игровых действий и правил подвижных игр		
15	3	1			Разучивание игровых действий и правил подвижных игр		
16	4	1			Обучение способам организации игровых площадок		
17	5	1			Обучение способам организации игровых площадок		
18	6	1			Самостоятельная организация и проведение подвижных игр		

19	7	1			Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	изменяющихся условиях внешней среды.	
20	8	1			Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	- Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности	
Прикладно-ориентированная физическая культура - 4 часа							
21	1	1			ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	- Проявлять дисциплинированность во время выполнения заданий	-Воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов. -формирования основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений и навыков - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;
22	2	1			Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	- Управлять эмоциями в процессе соревновательной деятельности. - Знать правила и технику выполнения упражнений комплекса ГТО.	
23	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	- Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях	
24	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры		

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

1 класс. 2 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Гимнастика с основами акробатики – 18 часов.							
25	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой ИОТ № 48-03-23. Строевые упражнения.	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по гимнастике.	- Формирование знаний в области физической культуры;
26	2	1			Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	- Координировать движения в акробатических и гимнастических упражнениях.	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
27	3	1			Исходные положения в физических упражнениях.		- Формирование гражданственности и патриотизма;
28	4	1			Учимся гимнастическим упражнениям		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
29	5	1			Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	- Демонстрировать технику правильного выполнения акробатических и гимнастических упражнений.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
30	6	1			Акробатические упражнения, основные техники		- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
31	7	1			Акробатические упражнения, основные техники	- Проявлять качества силы, быстроты и гибкости при выполнении акробатических и гимнастических упражнений.	- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
32	8	1			Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры		- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;
33	9	1			Способы построения и повороты стоя на месте	- Применять правила техники безопасности при выполнении акробатических и гимнастических упражнений.	- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и
34	10	1			Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег.)		

35	11	1			Гимнастические упражнения с мячом	- Проявлять дисциплинированность при выполнении учебных заданий по акробатике и гимнастике.	сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
36	12	1			Гимнастические упражнения со скакалкой		
37	13	1			Гимнастические упражнения в прыжках		
38	14	1			Подъем туловища из положения лежа на спине и животе		
39	15	1			Подъем ног из положения лежа на животе		
40	16	1			Сгибание рук в положении упор лежа		
41	17	1			Разучивание прыжков в группировке		
42	18	1			Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами		
Физическое совершенствование - 3 часа.							
43	1	1			Занятия оздоровительной физической культурой. Личная гигиена и гигиенические процедуры	- Знать и понимать значимость занятиями физическими упражнениями и спортом на уроках в школе и секциях. - Изучение правил, методов процедуры закаливания в домашних условиях.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Повышение физкультурной грамотности школьников;
44	2	1			Осанка человека. Упражнения для осанки.		
45	3	1			Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника		

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

1 класс. 3 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Способы самостоятельной деятельности - 1 час.							
46	1	1			Повторный инструктаж по технике безопасности. Режим дня и правила его составления и соблюдения	<ul style="list-style-type: none"> - Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках. - Понимать значимость физического развития для здоровья. - Уметь распределять нагрузку на уроках и самостоятельных занятиях. Учитя контролировать самочувствие и состояние своего организма при выполнении физических упражнений. 	<ul style="list-style-type: none"> - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
Упражнения лыжной подготовки - 12 часов.							
47	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжным спортом ИТБ № 52-03-23. Строевые упражнения с лыжами в руках	<ul style="list-style-type: none"> - Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке. - Правильно подбирать форму одежды на уроках по лыжной подготовке. - Координировать движения во 	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
48	2	1			Строевые упражнения с лыжами в руках.		
49	3	1			Строевые упражнения с лыжами		

					в руках.		
50	4	1			Упражнения в передвижении на лыжах.	<p>время передвижения на лыжах, поворотов, спусков, подъемов и торможения.</p> <p>- Проявлять выносливость при передвижении на лыжах.</p> <p>- Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений на лыжне.</p> <p>- Проявлять дисциплинированность во время выполнения заданий по лыжной подготовке.</p> <p>- Демонстрировать приросты результатов в показателях развития основных физических качеств.</p>	<p>- Повышение физкультурной грамотности школьников;</p> <p>- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;</p> <p>- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</p> <p>- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль.</p> <p>- Формировать осознание положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.</p> <p>- Проявлять готовность оказывать помощь в случае необходимости;</p> <p>- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
51	5	1			Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах		
52	6	1			Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах		
53	7	1			Техника ступающего шага во время передвижения		
54	8	1			Техника ступающего шага во время передвижения		
55	9	1			Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом		
56	10	1			Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом		
57	11	1			Техника передвижения скользящим шагом в полной координации		
58	12	1			Техника передвижения скользящим шагом в полной координации		
Подвижные игры – 7 часов.							
59	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях	- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении	- Формирование знаний, умений и

					подвижными играми ИТБ № 45-03-23. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	технических действий в подвижных и спортивных играх.	навыков в подвижных играх;
60	2	1			Разучивание подвижной игры «Не оступись»	- Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных играх.	- Развитие коллективизма и работы в команде;
61	3	1			Разучивание подвижной игры «Не оступись»	- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.	- Формирование знаний в области физической культуры;
62	4	1			Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
63	5	1			Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды.	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
64	6	1			Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	- Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
65	7				Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»		- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
Прикладно-ориентированная физическая культура - 10 часов.							
66	1	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	- Проявлять дисциплинированность во время выполнения заданий	- Формирование знаний в области физической культуры;
67	2	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение.	- Управлять эмоциями в процессе соревновательной деятельности.	- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
						- Знать правила и технику	- Воспитания трудолюбия, творческого

					Подвижные игры	<p>выполнения упражнений комплекса ГТО.</p> <p>- Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях</p>	<p>отношения к учебе;</p> <p>- Формировать осознание положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.</p> <p>- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
68	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
69	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
70	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
71	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
72	7	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры		
73	8	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры		
74	9	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры		
75	10	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса		

					ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры		
--	--	--	--	--	---	--	--

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

1 класс. 4 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся.	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Легкая атлетика – 8 часов.							
76	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23. Правила выполнения прыжка в длину с места.	- Знать правила и технику выполнения упражнений комплекса ГТО. - Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Формирование гражданственности и патриотизма;
77	2	1			Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами		- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
78	3	1			Приземление после спрыгивания с горки матов.	- Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
79	4	1			Обучение прыжку в длину с места в полной координации.		
80	5	1			Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега.	- Проявлять качества выносливости, быстроты и гибкости при выполнении беговых и прыжковых упражнений.	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
81	6	1			Разучивание фазы приземления из прыжка		- Повышение физкультурной грамотности школьников;
82	7	1			Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	- Применять правила техники	- Стимулирование положительной

83	8	1		Разучивание выполнения прыжка в длину с места	<p>безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.</p> <p>- Проявлять дисциплинированность во время выполнения легкоатлетических упражнений.</p>	<p>мотивации к физической культуре;</p> <p>- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</p> <p>- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
Подвижные игры – 4 часа.						
84	1	1		Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ № 45-03-23. Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх.	- Формирование знаний, умений и навыков в подвижных играх;
85	2	1		Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	- Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.	- Развитие коллективизма и работы в команде;
86	3	1	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;		
87	4	1	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом».	- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.		- Формирование гражданственности и патриотизма;
					- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
						- Повышение физкультурной

						<ul style="list-style-type: none"> - Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды. - Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности. 	<p>грамотности школьников;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
Прикладно-ориентированная физическая культура – 12 часов.							
88	1	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	<ul style="list-style-type: none"> - Проявлять дисциплинированность во время выполнения заданий - Управлять эмоциями в процессе соревновательной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
89	2	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	<ul style="list-style-type: none"> - Знать правила и технику выполнения упражнений комплекса ГТО. 	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;
90	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	<ul style="list-style-type: none"> - Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях. 	<ul style="list-style-type: none"> - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
91	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры		<ul style="list-style-type: none"> - Формирование гражданственности и патриотизма;
92	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса		<ul style="list-style-type: none"> - Стимулирование положительной

					ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	мотивации к физической культуре	
93	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры		
94	7	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры		
95	8	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры		
96	9	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры		
97	10	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры		
98	11	1			Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО		
99	12	1			Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО		
Общее количество часов:		99					

Годовой план-график распределения учебного времени в 2 классе

№	Наименование раздела (модуль)	Кол-во часов	I	II	III	IV
1. Знания о физической культуре.						
1.1	Знания о физической культуре	3	2		1	
1.2	Способы самостоятельной деятельности	4			2	2
1.3	Оздоровительная физическая культура	2			2	
2. Физическое развитие.						
2.1	Легкая атлетика (модуль «Легкая атлетика»)	10	5			5
2.2	Гимнастика (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	19		19		
2.3	Танцевальные упражнения (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	5		5		
2.4	Лыжная подготовка (модуль «Лыжная подготовка»)	12			12	
3. Подвижные и спортивные игры.						
3.1	Баскетбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.2	Волейбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.3	Футбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4				4
3.4	Подвижные игры – эстафеты (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4			3	1
4. Прикладно-ориентированная физическая культура						
4.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	25	9		10	6
Итого:		102	24	24	30	24

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

2 класс. 1 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Знания о физической культуре - 3 часа							
1.	1	1			Вводный инструктаж по технике безопасности ИТБ № 44-03-23. История подвижных игр и соревнований у древних народов.	- Понимать и пересказывать тексты по физической культуре. - Знать историю развития физической культуры в России.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Повышение физкультурной грамотности школьников;
2.	2	1			Первичный инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23. Зарождение Олимпийских игр	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по легкой атлетике.	
3	3				Современные Олимпийские игры		
Легкая атлетика - 7 часов							
4	1.	1			Т/Б. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	- Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях.	- Формирование знаний в области физической культуры;
5	2.	1			Т/Б. Броски мяча в неподвижную мишень		- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
6	3.	1			Т/Б. Броски мяча в неподвижную мишень	- Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
7	4.	1			Т/Б. Сложно координированные прыжковые упражнения		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
8	5.	1			Т/Б. Сложно координированные прыжковые упражнения	- Проявлять качества выносливости, быстроты и гибкости при выполнении беговых и прыжковых упражнений.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
9	6.	1			Т/Б. Прыжок в высоту с прямого разбега.		
10	7.	1			Т/Б. Прыжок в высоту с прямого разбега	- Применять правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной

						<p>- Проявлять дисциплинированность во время выполнения легкоатлетических упражнений.</p>	<p>техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</p> <p>- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;</p> <p>- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
Подвижные игры - 7 часов							
11	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ № 45-03-23. Подвижные игры с приемами спортивных игр.	<p>Выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.</p> <p>Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой деятельности.</p>	<p>Научить играть в подвижные игры.</p> <p>Способствовать развитию скоростно-силовых способностей применительно к подвижным играм.</p>
12	2	1			Т/Б. Игры с приемами баскетбола.	<p>Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных ситуациях и условиях).</p> <p>- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх.</p>	<p>Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма и взаимопонимания.</p> <p>Содействовать усвоению учащимися знаний о здоровом образе жизни.</p> <p>- Формирование знаний, умений и</p>
13	3	1		Т/Б. Игры с приемами баскетбола.			
14	4	1		Т/Б. Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч			
15	5	1		Т/Б. Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу			
16	6	1		Т/Б. Бросок мяча в колонне и неудобный бросок.			

17	7	1		Т/Б. Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	<ul style="list-style-type: none"> - Координировать движения в технических действиях в подвижных и спортивных играх. - Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх. - Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности. - Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности. - Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды. - Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> навыков в спортивных играх; - Развитие коллективизма и работы в команде; - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
Прикладно-ориентированная физическая культура- 6 часов.						
18	1	1		Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени		<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься

19	2	1			Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО		физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;
20	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты		- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
21	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты		- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
22	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение		- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
23	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение		- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль.
Способы самостоятельной физкультурной деятельности - 1 час.							
24	1				Развитие координации движений		

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

2 класс. 2 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Акробатика с основами гимнастики – 14 часов.							
25.	1.	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой ИТБ № 48-03-23. Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по гимнастике.	- Формирование знаний в области физической культуры;
26.	2.	1			Т/Б. Строевые упражнения и команды	- Координировать движения в акробатических и гимнастических упражнениях.	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
27.	3.	1			Т/Б. Строевые упражнения и команды.	- Демонстрировать технику правильного выполнения акробатических и гимнастических упражнений.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
28.	4.	1			Т/Б. Прыжковые упражнения		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
29.	5.	1			Т/Б. Прыжковые упражнения	- Проявлять качества силы, быстроты и гибкости при выполнении акробатических и гимнастических упражнений.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
30.	6.	1			Т/Б. Гимнастическая разминка		- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
31.	7.	1			Т/Б. Ходьба на гимнастической скамейке	- Применять правила техники безопасности при выполнении акробатических и гимнастических упражнений.	- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
32.	8.	1			Т/Б. Ходьба на гимнастической скамейке		- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;
33.	9.	1			Т/Б. Упражнения с гимнастической скакалкой	- Проявлять дисциплинированность при выполнении учебных заданий по акробатике и гимнастике.	- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься
34.	10	1			Т/Б. Упражнения с гимнастической скакалкой		
35.	11	1			Т/Б. Упражнения с гимнастическим мячом		

36.	12.	1			Т/Б. Упражнения с гимнастическим мячом		<p>физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
37.	13.	1			Т/Б. Танцевальные гимнастические движения		
38.	14	1			Т/Б Танцевальные гимнастические движения		
Оздоровительная физическая культура - 3 часа.							
39	1	1			Закаливание организма	<p>- Знать и понимать значимость занятиями физическими упражнениями и спортом на уроках в школе и секциях.</p> <p>- Уметь распределять нагрузку на уроках и самостоятельных занятиях. Учитя контролировать самочувствие и состояние своего организма при выполнении физических упражнений.</p>	<p>- Формирование знаний в области физической культуры;</p> <p>- Повышение физкультурной грамотности школьников;</p>
40	2	1			Утренняя зарядка.		
41	3	1			Составление комплекса утренней зарядки.		
Прикладно-ориентированная физическая культура- 4 часа							
42	1				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры		<p>- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;</p> <p>- Повышение физкультурной грамотности школьников;</p> <p>- Формирование знаний в области физической культуры;</p> <p>- Воспитания трудолюбия, творческого</p>
43	2				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры		
44	3				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса		

					ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты		отношения к учебе;
45	4				Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты		

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

2 класс. 3 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Способы самостоятельной физкультурной деятельности - 6 часов.							
46	1	1			Повторный инструктаж по технике безопасности. Физическое развитие.	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
47	2.	1			Физические качества	- Изучение правил, методов процедуры закаливания в домашних условиях. - Понимать значимость физического развития для здоровья. - Знать упражнения с мячом.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
48	3.	1			Сила как физическое качество	-Характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира. -Рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности	- Пересказывать тексты о возникновении Олимпийских игр древности . - Называть правила проведения Олимпийских игр
49	4.	1			Быстрота как физическое качество	- Иметь представления о современных Олимпийских играх	- «подвижные игры» и их разнообразие; - «физические качества»; - правил подвижной игры

50	5	1		Выносливость как физическое качество	- Уметь применять умения и навыки	-развитие аналитико-синтетических способностей умственной деятельности, умений работы с различной по объему и виду информацией, учебной и научной литературой; - практическое применение знаний и умений; -развитие навыков организации самостоятельного учебного труда и контроля его эффективности.
51	6			Гибкость как физическое качество		
Упражнения лыжной подготовки - 12 часов.						
52	1	1		Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжным спортом ИОТ № 52-03-18. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	- Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке. - Правильно подбирать форму одежды на уроках по лыжной подготовке.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
53	2	1		Т/Б. Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом.	- Координировать движения во время передвижения на лыжах, поворотов, спусков, подъемов и торможения.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
54	3	1		Т/Б. Спуск с горы в основной стойке		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
55	4	1		Т/Б. Спуск с горы в основной стойке	- Проявлять выносливость при передвижении на лыжах.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
56	5	1		Т/Б. Подъем лесенкой	- Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений на лыжне.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
57	6	1		Т/Б. Подъем лесенкой		- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно
58	7	1		Т/Б. Спуски и подъёмы на лыжах	- Проявлять дисциплинированность во время выполнения заданий по	

59	8	1			Т/Б. Спуски и подъёмы на лыжах	лыжной подготовке. - Демонстрировать приросты результатов в показателях развития основных физических качеств.	важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль. - Формировать осознание положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья. - Проявлять готовность оказывать помощь в случае необходимости; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
60	9	1		Т/Б. Спуски и подъёмы на лыжах			
61	10	1		Т/Б. Торможение лыжными палками			
62	11	1		Т/Б. Торможение падением на бок			
63	12	1		Т/Б. Торможение падением на бок.			
Прикладно-ориентированная физическая культура- 7 часов.							
64	1	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	- Знать правила и технику выполнения упражнений комплекса ГТО. - Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений	- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья. - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной
65	2	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты		
66	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива		

					комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты		техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль.
67	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты		
68	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты		
69	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты		
70	7	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры		
Подвижные игры – 8 часов.							
71	1				Инструктаж по технике	- Взаимодействовать в парах и	- Формирование знаний, умений и

				безопасности при занятиях подвижными играми ИОТ № 45-03-18. Упражнения с элементами баскетбола.	группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх. - Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.	навыков в спортивных играх; - Развитие коллективизма и работы в команде; - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма;
72	2			Т/Б. Упражнения с элементами баскетбола.		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
73	3			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
74	4			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
75	5			Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИОТ № 45-03-18. Упражнения с элементами баскетбола.	- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды. - Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.	- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;
76	6			Т/Б. Упражнения с элементами баскетбола.		- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
77	7			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	Совершенствовать технику бега на короткие дистанции; Знать технику спринтерского бега – высокого старта, стартового разгона, бега по дистанции.	Поговорите о технике безопасности во время выполнения данного задания. Правильное постановка техники низкого старта. Правильное работа рук и ног при беге. Правильное распределение сил на дистанций.
78	8			Т/Б. Игры с приемами футбола: метко в цель	Улучшить быстроту реакции; Улучшить скорость выполнения отдельных движений; улучшение частоты движений; улучшение стартовой скорости Выполнять правила игр и уметь играть в подвижные игры.	- выявить эффективность использования подвижных игр при развитии скоростных способностей детей младшего школьного возраста. Научить играть в подвижные игры. Способствовать развитию скоростно-

					<p>Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой деятельности.</p> <p>Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных ситуациях и условиях).</p>	<p>силовых способностей применительно к подвижным играм.</p> <p>Способствовать воспитанию сознательной дисциплинированности, чувства коллективизма и взаимопонимания.</p> <p>Содействовать усвоению учащимися знаний о здоровом образе жизни.</p>
--	--	--	--	--	---	---

Календарно – тематическое планирование по физической культуре.

2 класс. 4 четверть.

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся.	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
Легкая атлетика – 7 часов.							
79	1	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИОТ № 49-03-18. Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	- Координировать движения в беговых и прыжковых упражнениях.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Формирование гражданственности и патриотизма;
80	2	1			Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	- Демонстрировать технику правильного выполнения легкоатлетических упражнений.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
81	3	1			Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперед и стороны, разведением и сведением рук	- Проявлять качества выносливости, быстроты и гибкости при выполнении беговых и прыжковых упражнений.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
82	4	1			Бег с поворотами и изменением направлений.		- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
83	5	1			Бег с поворотами и изменением направлений	- Применять правила техники безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
84	6	1			Сложно координированные беговые упражнения		- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
85	7	1			Сложно координированные беговые упражнения.	- Проявлять дисциплинированность во время выполнения легкоатлетических упражнений.	- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься

						<p>физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
Подвижные и спортивные игры – 4 часа.						
86	1	1		Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИОТ № 45-03-18 Игры с приемами футбола.	- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх.	- Формирование знаний, умений и навыков в спортивных играх;
87	2	1		Игры с приемами футбола.		- Развитие коллективизма и работы в команде;
88	3	1		Подвижные игры на развитие равновесия	- Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.	- Формирование знаний в области физической культуры;
89	4	1		Подвижные игры на развитие равновесия.	<p>- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды.</p> <p>- Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;</p> <p>- Формирование гражданственности и патриотизма;</p> <p>- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;</p> <p>- Повышение физкультурной грамотности школьников;</p> <p>- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;</p> <p>- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;</p> <p>- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и</p>

							осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
Способы самостоятельной физкультурной деятельности – 2 часа.							
90	1				Развитие координации движений		
91	2				Дневник наблюдений по физической культуре		
Прикладно-ориентированная физическая культура- 11 часов.							
92	1	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры		- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
93	2	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры		- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль;
94	3	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры		- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
95	4	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты		
96	5	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты		
97	6	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры		
98	7	1			Освоение правил и техники		

					выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры		
99	8	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
100	9	1			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры		
101	10	1			Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО		
102	11	1			Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО		
Общее кол-во часов:		102					

Годовой план-график распределения учебного времени в 3 классе

№	Наименование раздела (модуль)	Кол-во часов	I	II	III	IV
1. Знания о физической культуре.						
1.1	Знания о физической культуре	3	2		1	
1.2	Способы самостоятельной деятельности	4			4	
1.3	Оздоровительная физическая культура	2			2	
2. Физическое развитие.						
2.1	Легкая атлетика (модуль «Легкая атлетика»)	10	5			5
2.2	Гимнастика (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	19		19		
2.3	Танцевальные упражнения (модуль «Гимнастика с основами акробатики»)	5		5		
2.4	Лыжная подготовка (модуль «Лыжная подготовка»)	12			12	
3. Подвижные и спортивные игры.						
3.1	Баскетбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.2	Волейбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	7	4			3
3.3	Футбол (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4				4
3.4	Подвижные игры – эстафеты (модуль «Подвижные и спортивные игры»)	4			4	
4. Прикладно-ориентированная физическая культура						
4.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	25	9		7	9
Итого:		102	24	24	30	24

Календарно – тематическое планирование по физической культуре

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
I четверть – 24 часа							
Знания о физической культуре – 2 часа							
1.	1.	1			Вводный инструктаж по технике безопасности ИТБ № 44-03-23. История физической культуры. История появления современного спорта.	Предметные: - Различают возможные травмы при выполнении легкоатлетических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения (при выполнении беговых и прыжковых упражнений, бросках и метании спортивных снарядов); Метапредметные: - Учатся подготавливать спортивную форму одежды в соответствии с местом проведения урока. Личностные: - Понимать для чего следует соблюдать и применять правила ТБ на уроках.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Повышение физкультурной грамотности школьников;
2.	2.	1			Первичный инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23.		
Легкая атлетика - 5 часов							
3.	3.	1			Т/Б. Броски набивного мяча от груди (1 кг) из положения стоя	Предметные: - Наблюдают и обсуждают образец бега по	- Формирование знаний в

				грудью в направлении метания.	соревновательной дистанции, обсуждают особенности выполнения его основных технических действий;	области физической культуры;
4.	4.	1		Т/Б. Броски набивного мяча от груди (1 кг) из положения седа на полу.	- Выполняют высокий старт в последовательности команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
5.	5.	1		Т/Б. Бег с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием.	- Выполняют бег по дистанции 30-60 м. с высокого старта; - Выполняют финиширование в беге на дистанцию 30-60 м.;	- Формирование гражданственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
6.	6.	1		Т/Б. Прыжок в длину с разбега способом согнув ноги.	- Выполняют скоростной бег по соревновательной дистанции;	- Повышение физкультурной грамотности школьников;
7.	7.	1		Т/Б. Бег 30 м с высокого старта.	- Разучивание и выполнение техники метания малого и набивного мяча на дальность и метание малого мяча в вертикальную цель; - Разучивания и выполнения техники прыжка в длину с места, с разбега, в высоту с разбега способом «Перешагивание». Метапредметные: - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке. - Оценивание своих физических качеств по	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно

						<p>комплексу ГТО</p> <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развитие скоростно-силовых качеств; - Развитие силы воли и настойчивости; - Формирование умений и навыков выполнения физических упражнений при занятиях легкой атлетикой 	<p>применять их в целях отдыха;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
Прикладно – ориентированная физическая культура – 9 часов							
8.	8.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мотивировать к систематическим занятиям физической культурой - Показ и рассказ правильной техники выполнения упражнений. - Рассказ о правилах выполнения комплекса ГТО - Рассказ истории о возникновении комплекса ГТО. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке. - Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданской ответственности и патриотизма; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
9.	9.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
10.	10.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
11.	11.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
12.	12.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
13.	13.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
14.	14.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
15.	15.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
16.	16.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		

					комплекса ГТО.	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развитие скоростно-силовых качеств; - Развитие силы воли и настойчивости; - Формирование умений и навыков выполнения физических упражнений при занятиях легкой атлетикой. 	
Подвижные и спортивные игры - 8 часов							
17.	17.	1			<p>Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ № 45-03-23.</p> <p>Изучение техники выполнения подающей подачи в волейболе, подводящее упражнение бросок одной рукой из-за головы.</p>	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Наблюдают и разучивают технику передачи и приема волейбольного мяча сверху; - Наблюдают и разучивают технику атакующей подачи в волейболе и применение в игре; 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний, умений и навыков в спортивных играх; - Развитие коллективизма и работы в команде; - Формирование знаний в области физической культуры;
18.	18.	1			Т/Б. Изучение техники и выполнение приема летящего мяча двумя руками снизу, сверху. Игра в «Пионербол».	<ul style="list-style-type: none"> - Наблюдают и разучивают стойки баскетболиста, ведения баскетбольного мяча на месте; - Наблюдают и разучивают технику штрафного броска в баскетболе. 	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма;
19.	19.	1			Т/Б. Игра в «Пионербол».		
20.	20.	1			Т/Б. Изучение стойки баскетболиста, техники ведения мяча одной рукой на месте. Упрощенная игра в баскетбол.	<p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; 	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
21.	21.	1			Т/Б. Изучение техники ведения мяча одной рукой в движении. Выполнение штрафного броска. Упрощенная игра в	<ul style="list-style-type: none"> - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке. 	<ul style="list-style-type: none"> - Повышение физической грамотности школьников;

					баскетбол.	Личностные: - развитие интереса к спортивным играм; - изучение правил подвижных и спортивных игр; - проявления уважительного отношения к сопернику во время игр.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
22.	22.	1		Т/Б. Игра в баскетбол.			
23.	23.	1		Т/Б. Игра в «Пионербол».			
24.	24.	1			Т/Б. Игра в баскетбол.		

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
II четверть – 24 часа							
Акробатика с основами гимнастики – 19 часов.							
25.	25.	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой ИТБ № 48-03-23. Строевые упражнения. Повороты на месте.	Предметные: - Обсуждают возможные травмы при выполнении гимнастических и акробатических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения травм; - Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях;	- Формирование знаний в области физической культуры;
26.	26.	1			Т/Б. Основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении. ОРУ. Строевые упражнения перестроения из одной шеренги в две, в три. Повороты на месте.	- Разучивание основных строевых упражнений при занятиях гимнастикой (перестроений, поворотов);	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
27.	27.	1			Т/Б. Основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении. ОРУ. Строевые упражнения, построение в колонну по два, по три. Повороты на месте.	- Разучивание танцевальных шагов в ритмике и использование их на уроках и разминке; - Разучивание и выполнение общеразвивающих упражнения на месте и в шаге;	- Формирование гражданственности и патриотизма;
28.	28.	1			Т/Б. Строевые упражнения, перестроение по звеньям, по заранее установленным номерам. Выполнение и проведение ОРУ на месте.	- Наблюдают и выполняют технику акробатических упражнений в кувырках лицом и спиной вперед;	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
29.	29.	1			Т/Б. Развитие гибкости. Наклон вперед из положения стоя на скамье.	- Наблюдают и выполняют технику выполнения опорного прыжка на гимнастического козла;	
30.	30.	1			Т/Б. Развитие гибкости. Наклон вперед из	- Наблюдают и выполняют технику выполнения упоров и висов на гимнастических снарядах.	- Повышение физкультурной грамотности школьников;

					положения стоя на скамье.	Метапредметные: - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке; - Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО. Личностные: - Развитие физических качеств (гибкость, координация); - Развитие силы воли и настойчивости; - Развитие чувства ритма за счет танцевальных упражнений;	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;
31.	31.	1		Т/Б. Акробатика. Перекаты в группировке. Кувырки вперед, Кувырки согнувшись. Кувырки спиной вперед.			
32.	32.	1		Т/Б. Акробатика. Изучение техники опорного прыжка на гимнастического козла и выполнение соскока на гимнастический мат.			
33.	33.	1		Т/Б. Акробатика. Изучение техники опорного прыжка на гимнастического козла и выполнение соскока на гимнастический мат.			
34.	34.	1		Т/Б. Акробатика. Изучение техники опорного прыжка на гимнастического козла и выполнение соскока на гимнастический мат.			
35.	35.	1		Т/Б. Висы и упоры. Висы и упоры на гимнастических снарядах. Высокой и низкой перекладине. «Шведской стенке».			
36.	36.	1		Т/Б. Висы и упоры. Висы и упоры на гимнастических снарядах. Высокой и низкой перекладине. «Шведской стенке».			
37.	37.	1		Т/Б. Висы и упоры. Висы и упоры на гимнастических снарядах. Высокой и низкой перекладине. «Шведской стенке».			
38.	38.	1		Т/Б. Различные виды	- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.		

					лазанья по наклонной скамье.		
39.	39.	1			Т/Б. Различные виды лазанья по наклонной скамье.		
40.	40.	1			Т/Б. Различные виды лазанья по наклонной скамье.		
41.	41.	1			Т/Б Изучение гимнастической комбинации, из сочетаний различных видов акробатических элементов. Строевые упражнения.		
42.	42.	1			Т/Б Изучение гимнастической комбинации, из сочетаний различных видов акробатических элементов. Строевые упражнения.		
43.	43.	1			Т/Б Выполнение акробатической комбинации на оценку.		
Танцевальные упражнения - 5 часов							
44.	44.	1			Т/Б. Шаги галопа в парах, польки, сочетание изученных танцевальных шагов.	Предметные: - Формирования чувства ритма и музыкального слуха; - Формирование полной координации движений ног и рук; - Изучение национальных танцев, формирование ориентировки в пространстве. Метапредметные: - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре,	- Формирование знаний в области физической культуры; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
45.	45.	1		Т/Б. Шаги галопа в парах, польки, сочетание изученных танцевальных шагов.			
46.	46.	1		Т/Б. Шаги галопа в парах, польки, сочетание изученных танцевальных шагов.			
47.	47.	1		Т/Б. Шаги галопа в парах,			

					<p>польки, сочетание изученных танцевальных шагов.</p>	<p>в группе;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Понимать цели и задачи урока; 	
48.	48.	1			<p>Т/Б. Шаги галопа в парах, польки, сочетание изученных танцевальных шагов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Оценивать собственную деятельность на уроке; <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развитие физических качеств (гибкость, координация); - Развитие силы воли и настойчивости; - Развитие чувства ритма за счет танцевальных упражнений; 	

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
III четверть – 30 часов							
Знания о физической культуре – 1 час							
49.	49.	1			<p>Повторный инструктаж по технике безопасности ИТБ № 44-03-23.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжным спортом ИТБ № 52-03-23.</p>	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обсуждают возможные травмы при выполнении упражнений лыжной подготовки, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения (при выполнении спусков, подъёмов и поворотов); - Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях лыжной подготовкой; <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Учатся подготавливать спортивную форму одежды в соответствии с местом проведения урока. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Понимать для чего следует соблюдать и применять правила ТБ на уроках. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Повышение физической грамотности школьников.
Упражнения лыжной подготовки - 12 часов.							
50.	50.	1			Т/Б. Разучивание техники передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом без палок.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Наблюдают и анализируют образец передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом, сравнивают его с разученными способами передвижения и находят общие и отличительные особенности, выделяют основные фазы в технике 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
51.	51.	1			Т/Б. Разучивание техники передвижения на лыжах		

				одновременным одношажным ходом без палок.	передвижения; - Выполняют имитационные упражнения в передвижении на лыжах (упражнение без лыж и палок);	- Формирование гражданственности и патриотизма;
52.	52.	1		Т/Б. Разучивание техники передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом с палками.	- Выполняют скольжение с небольшого склона, стоя на лыжах и одновременно отталкиваясь палками; - Выполняют передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации;	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Повышение физкультурной грамотности школьников;
53.	53.	1		Т/Б. Разучивание техники передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом с палками.	- Наблюдают и анализируют образец видов подъемов способами «Лесенка», «Елочка»; - Выполняют изученные подъемы.	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
54.	54.	1		Т/Б. Разучивание техники подъема на склон способом «Лесенка».	Метапредметные: - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе;	- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
55.	55.	1		Т/Б. Разучивание техники подъема на склон способом «Елочка».	- Понимать цели и задачи урока;	- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль.
56.	56.	1		Т/Б. Разучивание техники поворотов и переступания в движении.	- Оценивать собственную деятельность на уроке;	- Формировать осознание положительного влияния занятий физической
57.	57.	1		Т/Б. Разучивание техники поворотов и переступания в движении.		
58.	58.	1		Т/Б. Разучивание техники торможений плугом и		

					упором о лыжные палки.		подготовкой на укрепление здоровья.
59.	59.	1			Т/Б. Разучивание техники спуска в высокой и низкой стойке.		- Умение оказывать первую помощь при травмах;
60.	60.	1			Т/Б. Выполнение спусков с пологих склонов.		- Проявлять готовность оказывать помощь в случае необходимости;
61.	61.	1			Т/Б. Развитие выносливости. Передвижение на лыжах до 2 км.		- Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха;
							- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
Оздоровительная визуальная физическая культура – 2 часа							
62.	62.	1			Закаливание организма по душам.	Предметные:	- Формировать осознание положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья;
63.	63.	1			Дыхательная и зрительная гимнастика.	- Изучение правил, методов процедуры закаливания в домашних условиях. Метапредметная: - Обсуждение с учителем вопросов по теме урока; - Работа в парах, в группах.	

						Личностные: - Овладение знаниями по процедуре закаливания в домашних условиях и для чего они проводятся.	
Способы самостоятельной деятельности – 4 часа							
64.	64.	1			Виды физических упражнений и применение их на уроках.	Предметная: - Изучение задач школьника при занятиях физической культурой; - Формирование знаний, навыков и умений для укрепления здоровья при самостоятельных занятиях дома. Метапредметная: - Обсуждение с учителем вопросов по теме урока; - Работа в парах, в группах. Личностные: - Развитие логического мышления школьника; - Формирования умения проводить самостоятельное занятие физкультурой дома, на улице.	- Научить составлять комплекс упражнений при занятиях в домашних условиях; - Формировать осознание положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья; - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
65.	65.	1		Измерение пульса на уроках физической культуры.			
66.	66.	1		Физическая нагрузка.			
67.	67.	1			Физическая нагрузка.		
Подвижные и спортивные игры – 4 часа.							
68.	68.	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ №	- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх.	- Формирование знаний, умений и навыков в

				45-03-23. Подвижная игра «Куда дальше укачишься на два шага».	- Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.	спортивных играх;
69.	69.	1		Т/Б. Эстафеты на свежем воздухе на лыжах и лыжными палками.	- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.	- Развитие коллективизма и работы в команде;
70.	70.	1		Т/Б. Подвижная игра «Куда дальше укачишься на два шага».	- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.	- Формирование знаний в области физической культуры;
71.	71.	1		Т/Б. Эстафеты на свежем воздухе на лыжах «Вызов номеров».	- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды. - Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
						- Формирование гражданской ответственности и патриотизма;
						- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
						- Повышение физкультурной грамотности школьников;
						- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
						- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;

							<ul style="list-style-type: none"> - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
Прикладно - ориентированная физическая культура – 10 часов							
72.	72.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мотивировать к систематическим занятиям физической культурой - Показ и рассказ правильной техники выполнения упражнений. - Рассказ о правилах выполнения комплекса ГТО - Рассказ истории о возникновении комплекса ГТО. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке. - Оценивание своих физических качеств по 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья
73.	73.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
74.	74.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
75.	75.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
76.	76.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
77.	77.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
78.	78.	1			Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		

						<p>комплексу ГТО</p> <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none">- Развитие скоростно-силовых качеств;- Развитие силы воли и настойчивости;- Формирование умений и навыков выполнения физических упражнений при занятиях легкой атлетикой.	
--	--	--	--	--	--	--	--

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата проведения		Тема урока	Характеристика видов деятельности учащихся.	Основы направления воспитательной деятельности
			План	Факт			
IV четверть – 24 часа							
Легкая атлетика – 5 часов.							
79	79	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23. Т/Б. Броски набивного мяча от груди (1 кг) из положения стоя грудью в направлении метания.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Наблюдают и обсуждают образец бега по соревновательной дистанции, обсуждают особенности выполнения его основных технических действий; - Выполняют высокий старт в последовательности команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; - Выполняют бег по дистанции 30-60 м. с высокого старта; - Выполняют финиширование в беге на дистанцию 30-60 м.; - Выполняют скоростной бег по соревновательной дистанции; - Разучивание и выполнение техники метания малого и набивного мяча на дальность и метание малого мяча в вертикальную цель; - Разучивания и выполнения техники прыжка в длину с места, с разбега, в высоту с разбега способом «Перешагивание». <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных
80	80	1			Т/Б. Броски набивного мяча от груди (1 кг) из положения седа на полу.		
81	81	1			Т/Б. Бег с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием.		
82	82	1			Т/Б. Прыжок в длину с разбега способом согнув ноги.		
83	83	1			Т/Б. Бег 30 м с высокого старта.		

						<ul style="list-style-type: none"> - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке. - Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развитие скоростно-силовых качеств; - Развитие силы воли и настойчивости; - Формирование умений и навыков выполнения физической упражнений при занятиях легкой атлетикой 	<p>умений;</p> <p>- Повышения работоспособности и укрепления здоровья.</p>
Прикладно - ориентированная визуальная физическая культура – 6 часов							
84	84				Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мотивировать к систематическим занятиям физической культурой - Показ и рассказ правильной техники выполнения упражнений. - Рассказ о правилах выполнения комплекса ГТО - Рассказ истории о возникновении комплекса ГТО. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданской ответственности и патриотизма; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья
85	85				Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
86	86				Подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО.		
87	87	1			Развитие силы, сдача нормативов ГТО, подтягивания на низкой перекладине.		
88	88	1			Развитие ловкости, сдача нормативов ГТО, челночный бег 3x10 м.		
89	89	1			Развитие быстроты, сдача нормативов ГТО, бег 30 м. с высокого старта.		
90	90	1			Развитие выносливости, сдача нормативов ГТО, бег 1 км. с учетом времени.		
91	91	1			Развитие гибкости, сдача нормативов ГТО, наклон		

					вперед из положения стоя на скамье.	уроке.	
92	92	1			Развитие силы, сдача нормативов ГТО, сгибание разгибание рук в упоре лежа на полу. Подтягивание на высокой перекладине.	- Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО Личностные: - Развитие скоростно-силовых качеств; - Развитие силы воли и настойчивости; - Формирование умений и навыков выполнения физической упражнений при занятиях легкой атлетикой.	
Подвижные и спортивные игры – 10 часов.							
93	93	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ № 45-03-23. Изучение техники передачи сверху двумя руками из-за головы, подводящее упражнение в волейболе.	- Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх. - Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Выполнять правильно технические действия в подвижных и спортивных играх.	- Формирование знаний, умений и навыков в спортивных играх; - Развитие коллективизма и работы в команде; - Формирование знаний в области физической культуры;
94	94	1			Изучение техники выполнения подающей подачи в волейболе, подводящее упражнение бросок одной рукой из-за головы. Игра в «Пионербол».	- Проявлять дисциплинированность в условиях учебной и игровой деятельности.	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
95	95	1			Игра в «Пионербол».		
96	96	1			Изучение техники передачи футбольного мяча низом. А также позиций и размеров футбольного поля. Правил игры. Игра в футбол.	- Принимать адекватные решения в условиях игровой и соревновательной деятельности.	- Формирование гражданственности и патриотизма;
97	97	1			Изучение техники атакующего удара по воротам. Повторение техники передачи мяча низом. Игра в	- Перестраивать движения в изменяющихся условиях внешней среды.	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и

					футбол.	- Управлять эмоциями в процессе игровой и соревновательной деятельности.	убеждений; - Повышение физической грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
98	98	1			Игра в футбол.		
99	99	1			Игра в футбол.		
100	100	1			Изучение стойки баскетболиста, ведения мяча одной рукой на месте. Правил игры. Упрощенная игра в баскетбол.		
101	101	1			Изучение ведения мяча одной рукой в движении. Выполнение штрафного броска. Упрощенная игра в баскетбол.		
102	102	1			Игра в баскетбол.		
Общее кол-во часов:		102					

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Начальная школа	
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1—4 классы	Д	
1.3	Рабочие программы по физической культуре	Д	
1.4	Учебник и пособия, которые входят в предметную линию В. И. Ляха. <i>В. И. Лях.</i> Физическая культура. 1—4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. <i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Мас-лов.</i> Внеурочная деятельность учащихся. Лёг-кая атлетика (Серия «Работаем по новым стандартам»). <i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов.</i> Физическая культура. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы. 1—4 классы.	К	Учебник, рекомендованный Министерством образования и науки Российской Федерации, и пособия входят в библиотечный фонд
1.5	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Демонстрационные учебные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2.2	Плакаты методические	Д	
2.3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	Д	
3	Экранно-звуковые пособия		

3.1	Аудиовизуальные пособия по основным раз-делам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях)	Д	
3.2	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
4	Технические средства обучения		
4.1	Телевизор с универсальной приставкой	Д	Не менее 72 см по диагонали
4.2	DVD-плеер или DVD-рекордер (с набором дисков)	Д	
4.3	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д	С возможностью использования аудиодисков, CD-R, CD-RW, MP3, а также магнитофонных записей
4.4	Радиомикрофон (петличный)	Д	
4.5	Мегафон	Д	
4.6	Мультимедийный компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения/записи компакт-дисков, аудио- и видеовходы/выходы, возможность выхода в Интернет. Оснащён акустически-ми колонками, микрофоном и наушниками. С пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных)
4.7	Сканер	Д	
4.8	Принтер лазерный	Д	
4.9	Копировальный аппарат	Д	Может входить в материально-техническое оснащение образовательного учреждения
4.10	Цифровая видеокамера	Д	
4.11	Цифровая фотокамера	Д	
4.12	Мульти-медиа проектор	Д	
4.13	Экран (на штативе или навесной)	Д	Минимальные размеры 1,25 × 1,25
5	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		

5.5	Конь гимнастический	Г	
5.6	Перекладина гимнастическая	Г	
5.7	Канат для лазанья с механизмом крепления	Г	
5.8	Мост гимнастический подкидной	Г	
5.9	Скамейка гимнастическая жёсткая	Г	
5.10	Комплект навесного оборудования	Г	В комплект входят перекладина, брусья, мишени для метания
5.11	Скамья атлетическая наклонная	Г	
5.12	Гантели наборные	Г	
5.13	Коврик гимнастический	К	
5.14	Акробатическая дорожка	Г	
5.15	Маты гимнастические	Г	
5.16	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	Г	
5.17	Мяч малый (теннисный)	К	
5.18	Скакалка гимнастическая	К	
5.19	Палка гимнастическая	К	
5.20	Обруч гимнастический	К	
5.21	Коврики массажные	Г	
5.22	Секундомер настенный с защитной сеткой	Д	
5.23	Сетка для переноса малых мячей	Д	
<i>Лёгкая атлетика</i>			
5.24	Планка для прыжков в высоту	Д	
5.25	Стойка для прыжков в высоту	Д	
5.26	Флажки разметочные на опоре	Г	
5.27	Лента финишная	Д	
5.28	Дорожка разметочная для прыжков в длину места	Г	
5.29	Рулетка измерительная (10 м, 50 м)	Д	
5.30	Номера нагрудные	Г	
<i>Подвижные и спортивные игры</i>			
5.31	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	
5.32	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	
5.33	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
5.34	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	

5.35	Жилетки игровые с номерами	Г	
5.36	Стойки волейбольные универсальные	Д	
5.37	Сетка волейбольная	Д	
5.38	Мячи волейбольные	Г	
5.39	Табло перекидное	Д	
5.40	Ворота для мини-футбола	Д	
5.41	Сетка для ворот мини-футбола	Д	
5.42	Мячи футбольные	Г	
5.43	Номера нагрудные	Г	
5.44	Ворота для ручного мяча	Д	
5.45	Мячи для ручного мяча	Г	
5.46	Компрессор для накачивания мячей	Д	
<i>Туризм</i>			
5.47	Палатки туристские (двухместные)	Г	
5.48	Рюкзаки туристские	Г	
5.49	Комплект туристский бивуачный	Д	
<i>Измерительные приборы</i>			
5.50	Пульсометр	Г	
5.51	Шагомер электронный	Г	
5.52	Комплект динамометров ручных	Д	
5.53	Динамометр становой	Д	
5.54	Ступенька универсальная (для степ-теста)	Г	
5.55	Тонومتر автоматический	Д	
5.56	Весы медицинские с ростомером	Д	
<i>Средства первой помощи</i>			
5.57	Аптечка медицинская	Д	
<i>Дополнительный инвентарь</i>			
5.58	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	Д	Доска передвижная
6	Спортивные залы (кабинеты)		
6.1	Спортивный зал игровой		С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек

6.2	Спортивный зал гимнастический		
6.3	Зоны рекреации		Для проведения динамических пауз (перемен)
6.4	Кабинет учителя		Включает в себя рабочий стол, стулья, сейф, книжные шкафы (полки), шкаф для одежды
6.5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
7	Пришкольный стадион (площадка)		
7.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
7.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
7.3	Сектор для прыжков в высоту	Д	
7.4	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
7.5	Площадка игровая баскетбольная	Д	
7.6	Площадка игровая волейбольная	Д	
7.7	Гимнастический городок	Д	
7.8	Полоса препятствий	Д	
7.9	Лыжная трасса	Д	

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчёте на один спортивный зал. Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано с учётом средней наполняемости класса (26—30 учащихся). Условные обозначения : Д — демонстрационный экземпляр (1 экз.); К — комплект (из расчёта на каждого учащегося, исходя из реальной наполняемости класса); Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

Годовой план-график распределения учебного времени в 4 классе

№	Наименование раздела (модуль)	Кол-во часов	I	II	III	IV
1. Знания о физической культуре.						
1.1	Знания о физической культуре	2	1		1	
1.2	Способы самостоятельной деятельности	1		1		
1.3	Оздоровительная физическая культура	1			1	
2. Физическое развитие.						
2.1	Легкая атлетика (модуль «Легкая атлетика»)	12	7			5
2.2	Акробатика с элементами гимнастики (модуль «Акробатика с элементами гимнастики»)	15		15		
2.3	Лыжная подготовка (модуль «Лыжная подготовка»)	18			18	
3. Подвижные игры и спортивные игры.						
3.1	Баскетбол (модуль «Спортивные игры»)	4	4			
3.2	Волейбол (модуль «Спортивные игры»)	7	4			3
3.3	Футбол (модуль «Спортивные игры»)	3				3
4. Прикладно-ориентированная физическая культура.						
4.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	5				5
Итого:		68	16	16	20	16

Календарно – тематический план 4 класс

№ п/п	№ в теме	Кол-во часов	Дата		Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся (на основе УУД)	Основы направления воспитательной деятельности
			план	факт			
І четверть (16 часов).							
Знания о физической культуре – 1 час							
1.	1.	1			<p>Вводный инструктаж по технике безопасности ИТБ № 44-03-23.</p> <p>История развития физической культуры в России.</p>	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Различают возможные травмы при выполнении легкоатлетических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения (при выполнении беговых и прыжковых упражнений, бросках и метании спортивных снарядов); - Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях лёгкой атлетикой; <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Учатся подготавливать спортивную форму одежды в соответствии с местом проведения урока. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Понимать для чего следует соблюдать и применять правила ТБ на уроках. 	- Формирование знаний в области физической культуры;
Легкая атлетика – 7 часов							
2	2	1			<p>Первичный инструктаж по технике безопасности при</p>	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Наблюдают и обсуждают образец бега по 	- Формирование знаний в области физической культуры;

				занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23.Разновидности ходьбы и бега из различных исходных положений. Спринтерский бег. Бег 30 – 60 метров. «Встречная эстафета». Изучение оценки спринтерского бега по комплексу ГТО.	соревновательной дистанции, обсуждают особенности выполнения его основных технических действий; - Выполняют высокий старт в последовательности команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; - Выполняют бег по дистанции 30-60 м. с высокого старта;	- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
3	3	1		Совершенствование навыка бега и развитие выносливости равномерный бег 5 минут. «Круговая эстафета». Изучение оценки бега на выносливость по комплексу ГТО.	- Выполняют финиширование в беге на дистанцию 30-60 м.; - Выполняют скоростной бег по соревновательной дистанции; - Разучивание и выполнение техники метания малого и набивного мяча на дальность и метание малого мяча в вертикальную цель;	
4	4	1		Метание малого мяча с места на дальность (2x2 м.) Метание малого мяча с места в вертикальную цель (2x2 м.). Расстояние 4-5 метров. Развитие скоростно-силовых и координационных качеств. «Перестрелка».	- Разучивания и выполнения техники прыжка в длину с места, с разбега, в высоту с разбега способом «Перешагивание».	
5	5	1		Броски набивного мяча от груди (1 кг) из положения стоя грудью в направлении метания. Развитие скоростно-силовых и координационных качеств. «Перестрелка».	- Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке.	
6	6	1		Прыжок в длину с места. Техника прыжка в длину с разбега, с 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега способом «Перешагивания».	- Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО Личностные: - Развитие скоростно-силовых качеств;	

				Изучение оценки прыжка в длину с места по комплексу ГТО.	- Развитие силы воли и настойчивости; - Формирование умений и навыков выполнения физических упражнений при занятиях легкой атлетикой	
7	7	1		Прыжок в длину с места. Техника прыжка в длину с разбега, с 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега способом «Перешагивания».		
8	8	1		«Эстафеты». Развитие скоростно-силовых способностей.		
Подвижные и спортивные игры – 8 часов						
9	9	1		Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ № 45-03-23. Изучение передач сверху двумя руками из-за головы, подводящее упражнение в волейболе. Изучение игры в «Пионербол».	Предметные: - Наблюдают и разучивают технику передачи и приема волейбольного мяча сверху; - Наблюдают и разучивают технику атакующей подачи в волейболе и применение в игре; - Наблюдают и разучивают стойки баскетболиста, ведения баскетбольного мяча на месте; - Наблюдают и разучивают технику штрафного броска в баскетболе.	- Формирование знаний, умений и навыков в спортивных играх; - Развитие коллективизма и работы в команде; - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданской ответственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;
10	10	1		Изучение выполнения подающей подачи в волейболе, подводящее упражнение бросок одной рукой из-за головы. Игра в «Пионербол»	Метапредметные: - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке.	- Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
11	11	1		Игра в «Пионербол».		- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и
12	12	1		Игра в «Пионербол».		
13	13	1		Изучение стойки баскетболиста, ведения мяча одной рукой на месте. Упрощенная игра в баскетбол.		
14	14	1		Изучение ведения мяча одной рукой в движении. Выполнение штрафного броска. Упрощенная	Личностные: - развитие интереса к спортивным играм; - изучение правил подвижных и	

					игра в баскетбол.	спортивных игр; - проявления уважительного отношения к сопернику во время игр.	осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
15	15	1			Игра в баскетбол.		
16	16	1			Игра в баскетбол.		
II четверть (16 часов).							
Гимнастика с основами акробатики – 15 часов							
17	17	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой ИТБ № 48-03-23. Строевые упражнения. Повороты на месте.	Предметные: - Обсуждают возможные травмы при выполнении гимнастических и акробатических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения травм; - Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях; - Разучивание основных строевых упражнений при занятиях гимнастикой (перестроений, поворотов); - Разучивание танцевальных шагов в ритмике и использование их на уроках и разминке; - Разучивание и выполнение общеразвивающих упражнения на месте и в шаге; - Наблюдают и выполняют технику акробатических упражнений в кувырках лицом и спиной вперед; - Наблюдают и выполняют технику выполнения опорного прыжка на гимнастического козла;	- Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и
18	18	1			Основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении. ОРУ. Строевые упражнения перестроения из одной шеренги в две, в три. Повороты на месте.		
19	19	1			Основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении. ОРУ. Строевые упражнения, построение в колонну по два, по три. Повороты на месте.		
20	20	1			Строевые упражнения, перестроение по звеньям, по заранее установленным номерам. Выполнение и проведение ОРУ на месте.		
21	21	1			Ритмика. Шаги галопа в парах, польки, сочетание изученных танцевальных шагов. Выполнения и проведение ОРУ на месте.		

22	22	1			Ритмика. Шаги галопа в парах, польки, сочетание изученных танцевальных шагов. Выполнения и проведение ОРУ на месте.	<ul style="list-style-type: none"> - Наблюдают и выполняют технику выполнения упоров и висов на гимнастических снарядах. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке; - Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развитие физических качеств (гибкость, координация); - Развитие силы воли и настойчивости; - Развитие чувства ритма за счет танцевальных упражнений; - Формирование умений и навыков при занятиях акробатикой и гимнастикой. 	укрепления здоровья.
23	23	1		Развитие гибкости. Наклон вперед из положения стоя на скамье. Изучение оценки наклона вперед из положения стоя на скамье по комплексу ГТО.			
24	24	1		Развитие гибкости. Наклон вперед из положения сидя. Перекаты.			
25	25	1		Акробатика. Перекаты в группировке. Кувырки вперед способом согнувшись. Кувырки спиной вперед.			
26	26	1		Акробатика. Перекаты в группировке. Кувырки вперед способом согнувшись. Кувырки спиной вперед.			
27	27	1		Акробатика. Выполнения опорного прыжка на гимнастического козла и выполнение соскока на гимнастический мат.			
28	28	1		Акробатика. Выполнения опорного прыжка на гимнастического козла с разбега и выполнение соскока на гимнастический мат.			
29	29	1		Висы и упоры. Висы и упоры на гимнастических снарядах. Высокой и низкой перекладине.			

					«Шведской стенке».		
30	30	1			Висы и упоры. Висы и упоры на гимнастических снарядах. Высокой и низкой перекладине. «Шведской стенке».		
31	31	1			Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Изучение оценки подтягивания на низкой перекладине по комплексу ГТО.		
Способы самостоятельной деятельности - 1 час							
32	32	1			Обсуждение содержания и задач физической подготовки школьников, её связь с укреплением здоровья, подготовкой к предстоящей жизнедеятельности; Обсуждение и анализ особенности организации занятий физической подготовкой в домашних условиях.	<p>Предметная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение задач школьника при занятиях физической культурой; - Формирование знаний, навыков и умений для укрепления здоровья при самостоятельных занятиях дома. <p>Метапредметная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обсуждение с учителем вопросов по теме урока; - Работа в парах, в группах. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Развитие логического мышления школьника; - Формирования умения проводить самостоятельное занятие физкультурой дома, на улице. 	<ul style="list-style-type: none"> - Научить составлять комплекс упражнений при занятиях в домашних условиях; - Формировать осознание положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья; - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
III четверть (20 часов).							
Знания о физической культуре – 1 час							
					Повторный инструктаж по технике	Предметные:	- Формирование знаний в области

					<p>безопасности ИТБ 44-03-23. Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжным спортом ИТБ № 52-03-23.</p>	<p>- Обсуждают возможные травмы при выполнении упражнений лыжной подготовки, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения (при выполнении спусков, подъёмов и поворотов);</p> <p>- Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях лыжной подготовкой;</p> <p>Метапредметные:</p> <p>- Учатся подготавливать спортивную форму одежды в соответствии с местом проведения урока.</p> <p>Личностные:</p> <p>- Понимать для чего следует соблюдать и применять правила ТБ на уроках.</p>	<p>физической культуры;</p>
Лыжная подготовка – 18 часов							
34	34	1			Разучивание передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом без палок.	<p>Предметные:</p> <p>- Наблюдают и анализируют образец передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом, сравнивают его с разученными способами передвижения и находят общие и отличительные особенности, выделяют основные фазы в технике передвижения;</p> <p>- Выполняют имитационные упражнения в передвижении на лыжах (упражнение без лыж и палок);</p> <p>- Выполняют скольжение с небольшого склона, стоя на лыжах и одновременно отталкиваясь палками;</p>	<p>- Формирование знаний в области физической культуры;</p> <p>- Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;</p> <p>- Формирование гражданской ответственности и патриотизма;</p> <p>- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений;</p> <p>- Повышение физической грамотности школьников;</p> <p>- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре;</p> <p>- Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных</p>
35	35	1			Разучивание передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом без палок.		
36	36	1			Разучивание передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом без палок.		
37	37	1			Разучивание передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом с палками.		
38	38	1			Разучивание передвижения на лыжах одновременным		

					одношажным ходом с палками.	<ul style="list-style-type: none"> - Выполняют передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации; - Наблюдают и анализируют образец видов подъемов способами «Лесенка», «Елочка»; - Выполняют изученные подъемы. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке; 	<p>двигательных умений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
39	39	1			Разучивание передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом с палками.		
40	40	1			Изучение и выполнение техники подъема способом «Лесенкой».		
41	41	1			Изучение и выполнение техники подъема способом «Елочкой».		
42	42	1			Повороты и переступания в движении.		
43	43	1			Повороты и переступания в движении.		
44	44	1			Торможение плугом и упором о лыжные палки.		
45	45	1			Торможение плугом и упором о лыжные палки.		
46	46	1			Спуск в высокой и низкой стойке.		
47	47	1			Спуск в высокой и низкой стойке.		
48	48	1			Спуски с пологих склонов.		
49	49	1			Спуски с пологих склонов.		
50	50	1			Передвижение на лыжах до 2 км.		
51	51	1			Передвижение на лыжах до 2 км.		
Оздоровительная физическая культура - 1 час							
52	52	1			Разучивание правил закаливания во время купания в естественных водоёмах, при проведении воздушных и солнечных процедур.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Изучение правил, методов процедуры закаливания в домашних условиях. <p>Метапредметная:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обсуждение с учителем вопросов по теме 	<ul style="list-style-type: none"> - Научить правильно использовать полученные знания по выполнению процедуры закаливания; - Формировать осознание положительного влияния закаливания на укрепление здоровья;

					Обсуждают и анализируют способы организации, проведения и содержания процедур закаливания;	урока; - Работа в парах, в группах. Личностные: - Овладение знаниями по процедуре закаливания в домашних условиях и для чего они проводятся.	- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
IV четверть (16 часов)							
Легкая атлетика – 5 часов							
53	53	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой ИТБ № 49-03-23. Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Разновидности ходьбы и бега из различных исходных положений. Спринтерский бег. Бег 30 – 60 метров.	Предметные: - Выполняют высокий старт в последовательности команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; - Выполняют бег по дистанции 30-60 м. с высокого старта; - Выполняют финиширование в беге на дистанцию 30-60 м.; - Выполняют скоростной бег по соревновательной дистанции;	- Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Повышение физкультурной грамотности школьников;
54	54	1			Совершенствование навыка бега и развитие выносливости равномерный бег 5 минут. «Круговая эстафета».	- Выполнение техники метания малого мяча на дальность и вертикальную цель; Метапредметные:	- Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений;
55	55	1			Метание малого мяча с места на дальность (2x2 м.) Метание малого мяча с места в вертикальную цель (2x2 м.). Расстояние 4-5 метров.	- Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока;	- Формирование умения правильно подбирать нагрузку при

					Развитие скоростно-силовых и координационных качеств. «Кошки - мышки».	- Оценивать собственную деятельность на уроке. - Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО	самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями и сознательно применять их в целях отдыха; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
56	56	1			«Эстафеты». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные:	
57	57	1			Совершенствование навыка бега и развитие выносливости равномерный бег 5 минут. «Круговая эстафета».	- Развитие скоростно-силовых качеств; - Развитие силы воли и настойчивости; - Формирование умений и навыков выполнения физических упражнений при занятиях легкой атлетикой	
Прикладно-ориентированная физическая культура - 5 часов							
58	58	1			Развитие силы, сдача нормативов ГТО, подтягивания на низкой перекладине.	Предметные: - Сдача нормативов по пяти основным физическим качествам по комплексу ГТО;	- Воспитание патриотизма за счет выполнения комплекса ГТО; - Объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
59	59	1			Развитие ловкости, сдача нормативов ГТО, челночный бег 3x10 м.	Метапредметные: - Оценивать собственную деятельность на уроке.	- Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе;
60	60	1			Развитие быстроты, сдача нормативов ГТО, бег 30 м. с высокого старта.	- Оценивание своих физических качеств по комплексу ГТО	- Формирование гражданской ответственности и патриотизма;
61	61	1			Развитие выносливости, сдача нормативов ГТО, бег 1 км. с учетом времени.	Личностные: - Развитие всех основных физических качеств школьника; - Развитие силы воли и настойчивости;	- Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
62	62	1			Развитие гибкости, сдача нормативов ГТО, наклон вперед из положения стоя на скамье.		
Подвижные и спортивные игры – 6 часов							
63	63	1			Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми ИТБ № 45-03-23. Повторение передач сверху	Предметные: - Выполняют технику передачи и приема волейбольного мяча сверху; - Выполняют технику атакующей подачи в	- Формирование знаний, умений и навыков в спортивных играх; - Развитие коллективизма и работы в команде;

				двумя руками из-за головы, подводящее упражнение в волейболе. Изучение игры в «Пионербол».	<p>волейболе и применение в игре;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Наблюдают и разучивают технику передачи футбольного мяча низом; - Наблюдают и разучивают технику атакующего удара по воротам. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Под руководством учителя строго выполнять задания и упражнения на уроке, работать в паре, в группе; - Понимать цели и задачи урока; - Оценивать собственную деятельность на уроке. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие интереса к спортивным играм; - изучение правил подвижных и спортивных игр; - проявления уважительного отношения к сопернику во время игр. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование знаний в области физической культуры; - Воспитания трудолюбия, творческого отношения к учебе; - Формирование гражданственности и патриотизма; - Воспитание самостоятельности, нравственных чувств и убеждений; - Повышение физкультурной грамотности школьников; - Стимулирование положительной мотивации к физической культуре; - Формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений; - Формирование умения правильно подбирать нагрузку при самостоятельных занятиях и осуществлять самоконтроль; - Повышения работоспособности и укрепления здоровья.
64	64	1	Повторение выполнения подающей подачи в волейболе, подводящее упражнение бросок одной рукой из-за головы. Игра в «Пионербол».			
65	65	1	Игра в «Пионербол»			
66	66	1	Изучение техники передачи футбольного мяча низом. А также позиций и размеров футбольного поля. Игра в футбол.			
67	67	1	Изучение техники атакующего удара по воротам. Повторение передачи мяча низом. Игра в футбол.			
68	68	1	Игра в футбол.			
Общее кол-во:		68				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Начальная школа	
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1—4 классы	Д	
1.3	Рабочие программы по физической культуре	Д	
1.4	Учебник и пособия, которые входят в предметную линию В. И. Ляха. <i>В. И. Лях.</i> Физическая культура. 1—4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. <i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Мас-лов.</i> Внеурочная деятельность учащихся. Лёг-кая атлетика (Серия «Работаем по новым стандартам»). <i>Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов.</i> Физическая культура. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы. 1—4 классы.	К	Учебник, рекомендованный Министерством образования и науки Российской Федерации, и пособия входят в библиотечный фонд
1.5	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Демонстрационные учебные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2.2	Плакаты методические	Д	
2.3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	Д	
3	Экранно-звуковые пособия		

3.1	Аудиовизуальные пособия по основным раз-делам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях)	Д	
3.2	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
4	Технические средства обучения		
4.1	Телевизор с универсальной приставкой	Д	Не менее 72 см по диагонали
4.2	DVD-плеер или DVD-рекордер (с набором дисков)	Д	
4.3	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д	С возможностью использования аудиодисков, CD-R, CD-RW, MP3, а также магнитофонных записей
4.4	Радиомикрофон (петличный)	Д	
4.5	Мегафон	Д	
4.6	Мультимедийный компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения/записи компакт-дисков, аудио- и видеовходы/выходы, возможность выхода в Интернет. Оснащён акустически-ми колонками, микрофоном и наушниками. С пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных)
4.7	Сканер	Д	
4.8	Принтер лазерный	Д	
4.9	Копировальный аппарат	Д	Может входить в материально-техническое оснащение образовательного учреждения
4.10	Цифровая видеокамера	Д	
4.11	Цифровая фотокамера	Д	
4.12	Мульти-медиа проектор	Д	
4.13	Экран (на штативе или навесной)	Д	Минимальные размеры 1,25

			× 1,25
5	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
5.5	Конь гимнастический	Г	
5.6	Перекладина гимнастическая	Г	
5.7	Канат для лазанья с механизмом крепления	Г	
5.8	Мост гимнастический подкидной	Г	
5.9	Скамейка гимнастическая жёсткая	Г	
5.10	Комплект навесного оборудования	Г	В комплект входят перекладина, брусья, мишени для метания
5.11	Скамья атлетическая наклонная	Г	
5.12	Гантели наборные	Г	
5.13	Коврик гимнастический	К	
5.14	Акробатическая дорожка	Г	
5.15	Маты гимнастические	Г	
5.16	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	Г	
5.17	Мяч малый (теннисный)	К	
5.18	Скакалка гимнастическая	К	
5.19	Палка гимнастическая	К	
5.20	Обруч гимнастический	К	
5.21	Коврики массажные	Г	
5.22	Секундомер настенный с защитной сеткой	Д	
5.23	Сетка для переноса малых мячей	Д	
<i>Лёгкая атлетика</i>			
5.24	Планка для прыжков в высоту	Д	
5.25	Стойка для прыжков в высоту	Д	
5.26	Флажки разметочные на опоре	Г	
5.27	Лента финишная	Д	
5.28	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г	
5.29	Рулетка измерительная (10 м, 50 м)	Д	
5.30	Номера нагрудные	Г	
<i>Подвижные и спортивные игры</i>			
5.31	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	

5.32	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	
5.33	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
5.34	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	
5.35	Жилетки игровые с номерами	Г	
5.36	Стойки волейбольные универсальные	Д	
5.37	Сетка волейбольная	Д	
5.38	Мячи волейбольные	Г	
5.39	Табло перекидное	Д	
5.40	Ворота для мини-футбола	Д	
5.41	Сетка для ворот мини-футбола	Д	
5.42	Мячи футбольные	Г	
5.43	Номера нагрудные	Г	
5.44	Ворота для ручного мяча	Д	
5.45	Мячи для ручного мяча	Г	
5.46	Компрессор для накачивания мячей	Д	
<i>Туризм</i>			
5.47	Палатки туристские (двухместные)	Г	
5.48	Рюкзаки туристские	Г	
5.49	Комплект туристский бивуачный	Д	
<i>Измерительные приборы</i>			
5.50	Пульсометр	Г	
5.51	Шагомер электронный	Г	
5.52	Комплект динамометров ручных	Д	
5.53	Динамометр становой	Д	
5.54	Ступенька универсальная (для степ-теста)	Г	
5.55	Тонometr автоматический	Д	
5.56	Весы медицинские с ростометром	Д	
<i>Средства первой помощи</i>			
5.57	Аптечка медицинская	Д	
<i>Дополнительный инвентарь</i>			
5.58	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	Д	Доска передвижная
6	Спортивные залы (кабинеты)		
6.1	Спортивный зал игровой		С раздевалками для

			мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек
6.2	Спортивный зал гимнастический		
6.3	Зоны рекреации		Для проведения динамических пауз (перемен)
6.4	Кабинет учителя		Включает в себя рабочий стол, стулья, сейф, книжные шкафы (полки), шкаф для одежды
6.5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
7	Пришкольный стадион (площадка)		
7.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
7.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
7.3	Сектор для прыжков в высоту	Д	
7.4	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
7.5	Площадка игровая баскетбольная	Д	
7.6	Площадка игровая волейбольная	Д	
7.7	Гимнастический городок	Д	
7.8	Полоса препятствий	Д	
7.9	Льжная трасса	Д	

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчёте на один спортивный зал. Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано с учётом средней наполняемости класса (26—30 учащихся). Условные обозначения : Д — демонстрационный экземпляр (1 экз.); К — комплект (из расчёта на каждого учащегося, исходя из реальной наполняемости класса); Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.