

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение - основная общеобразовательная школа имени Н.И.Сулимова с. Сухотского Моздокского района Республики Северная Осетия – Алания 363714, РСО -
Алания, Моздокский район; с. Сухотское, ул.Новая № 35 тел/факс 56-6-27
ИНН 1511101273/ КПП 151001001; ОГРН 1021500921001 ; ОКТМО 90630460 ; ОКПО 71003261

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор МБОУ ООШ
с. Сухотского

/Ф.З.Тажедуг/

Приказ № 167

от «01» 06 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

| |
|--|
| Предмет - Физическая культура |
| Класс 3-4 |
| Образовательная область - Физическая культура и основы безопасности и жизнедеятельности. |
| МО - начальных классов |
| Учебный год - 2023-2024 |
| Срок реализации программы -1год |
| Учитель - Мотлях Людмила Федоровна. |

с. Сухотского

2023г.

НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

| № | Нормативные документы |
|---|--|
| • | Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования |
| • | Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». |
| • | Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» |
| • | Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 27 октября 2020 г. N 32; |
| • | - Приказ Минобр науки РСО-Алания от 28.11.2017 г. № 965 о реализации проекта «Шахматное образование в общеобразовательных организациях РСО-Алания» |
| • | Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ ООШ с.Сухотского |
| • | Примерная образовательная программа начального общего образования, авторская программа В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическое воспитание». |
| • | Учебный план МБОУ ООШ с.Сухотского на 2023-2024 уч. год |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

| № | Авторы | Название | Год издания | Издательство |
|---|-------------|---|-------------|------------------------------|
| 1 | А.П.Матвеев | "Физическая культура"3-4кл | 2013 | Москва "Просвещение" |
| 2 | Сима Бясова | Учебное пособие по шашкам для учителей начальных классов. | 2012 | Владикавказ «Перо& Кисть» |

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА, КУРСА (ФГОС)

| | |
|----------------|--|
| Личностные | <p><u>Личностные УУД:</u></p> <p>освоения учащимися содержания программы по физической культуре:</p> <ul style="list-style-type: none"> - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; - проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |
| Метапредметные | <p><u>Регулятивные УУД:</u></p> <p>действия обеспечивают возможность управления деятельностью посредством постановки целей, планирования, контроля, коррекции своих действий, оценки успешности усвоения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; - планирование – определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий; - прогнозирование - предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик; - контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; - коррекция – внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата с учётом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товарищами; - оценка – выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; оценка результатов работы; - саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий. <p><u>Познавательные УУД</u></p> <p>общеучебные, логические учебные действия, а также постановку и решение проблемы.</p> <p>Общеучебные универсальные действия:</p> |

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение необходимой информации, в том числе решение рабочих задач с использованием общедоступных школе инструментов ИКТ и источников информации;
- структурирование знаний;
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- смысловое чтение как осмысление цели чтения и выбор вида чтения в зависимости от цели; извлечение необходимой информации из прослушанных текстов различных жанров;
- определение основной и второстепенной информации; свободная ориентация и восприятие текстов художественного, научного, публицистического и официально-делового стилей; понимание и адекватная оценка языка средств массовой информации;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера. познавательные УУД:

Коммуникативные УУД: — характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

| | |
|-------------------|---|
| | <p>— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</p> |
| <p>Предметные</p> | <p><u>Ученик научится:</u></p> <p>выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью; характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.</p> <p>отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;</p> <p>организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;</p> <p>измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.</p> <p>Знать шахматные термины: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр. Правильно определять и называть белые, чёрные шахматные фигуры; Правильно расставлять фигуры перед игрой; Сравнивать, находить общее и различие. Уметь ориентироваться на шахматной доске. Понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем. Знать названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка. Шах, мат, пат, ничья, мат в один ход, длинная и короткая рокировка и её правила.</p> <p>Правила хода и взятия каждой из фигур, «игра на уничтожение», лёгкие и тяжёлые фигуры, ладейные, коневые, слоновые, ферзевые, королевские пешки, взятие на проходе, превращение пешки. принципы игры в дебюте;</p> <p>Основные тактические приемы; что означают термины: дебют, миттельшпиль, эндшпиль, темп, оппозиция, ключевые поля.</p> <p>Грамотно располагать шахматные фигуры в дебюте; находить несложные тактические удары и проводить комбинации; точно разыгрывать простейшие окончания.</p> |
| | <p><u>Ученик получит возможность научиться:</u></p> <p>вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности ;целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств; выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>при травмах и ушибах.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ориентироваться на шахматной доске; • играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами без нарушений правил шахматного кодекса; • правильно помещать шахматную доску между партнерами; • правильно расставлять фигуры перед игрой; • различать горизонталь, вертикаль, диагональ; • рокировать; • объявлять шах; • ставить мат; • решать элементарные задачи на мат в один ход. |
|--|---|

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА, КУРСА (ФК ГОС)

| | |
|------------------|--|
| Знать / понимать | <ul style="list-style-type: none"> • роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека; • правила и последовательность выполнения упражнений утренней гимнастики, физкультпауз (физкультминуток), простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки; • правила поведения на занятиях физической культуры; <p>Знать шахматные термины: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр. Правильно определять и называть белые, чёрные шахматные фигуры; Правильно расставлять фигуры перед игрой; Сравнить, находить общее и различие.</p> |
| Уметь | <ul style="list-style-type: none"> • передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях; • выполнять простейшие акробатические и гимнастические упражнения; • выполнять комплексы утренней зарядки и дыхательной гимнастики, упражнения для профилактики нарушений зрения и формирования |

| | |
|--|--|
| | <p>правильной осанки;</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; выполнять специальные упражнения, направленные на закрепление элементов техники футбола (мини-футбола), баскетбола (мини-баскетбола); • выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости); О терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействий на организм; <p>.Уметь ориентироваться на шахматной доске. Понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем. Знать названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка. Шах, мат, пат, ничья, мат в один ход, длинная и короткая рокировка и её правила.</p> |
|--|--|

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

(из ООП)

| Раздел / тема | Содержание |
|---------------|------------|
|---------------|------------|

| | |
|-----------------------|--|
| 1. Базовая часть: | <ul style="list-style-type: none">- Основы знаний о физической культуре.- Легкоатлетические упражнения.- Гимнастика с элементами акробатики.- Кроссовая подготовка.- Подвижные игры.- Шахматы- ГТО |
| 2. Вариативная часть: | <ul style="list-style-type: none">- Подвижные игры с элементами баскетбола.- Национальные игры. |

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Вид программного материала | Количество часов (уроков) | |
|----------|--|---------------------------|-----|
| | | Класс | |
| | | 3 | 4 |
| 1 | Базовая часть | 73 | 74 |
| 1.1 | Основы знаний о физической культуре | <i>В процессе урока</i> | |
| 1.2 | Подвижные игры | 16 | 16 |
| 1.3 | Гимнастика с элементами акробатики | 9 | 9 |
| 1.4 | Шахматы | 17 | 17 |
| 1.5 | Легкоатлетическая атлетика | 21 | 21 |
| 1.6 | Кроссовая подготовка | 19 | 19 |
| 1.7 | Национальные игры | 2 | 2 |
| 1.8 | ГТО | 2 | 2 |
| 2 | Вариативная часть | 16 | 16 |
| 2.1 | Подвижные игры с элементами баскетбола | 16 | 16 |
| | ИТОГО: | 102 | 102 |

ПРОВЕДЕНИЕ ЗАЧЕТНО-ТЕСТОВЫХ УРОКОВ 3-4 классы.

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ: проверка нормативов проводится в течении учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения.

| Нормативы | | 2 класс | | | 3 класс | | | 4 класс | | | |
|-----------|---|---------|-----|-----|---------|-----|-----|---------|-----|-----|------|
| | | "5" | "4" | "3" | "5" | "4" | "3" | "5" | "4" | "3" | |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | м | 6,0 | 6,6 | 7,1 | 5,7 | 6,2 | 6,8 | 5,4 | 6,0 | 6,6 |
| | | д | 6,3 | 6,9 | 7,4 | 5,8 | 6,3 | 7,0 | 5,5 | 6,2 | 6,8 |
| 2 | Бег 1000 м (мин, сек.) ("+" - без учета времени) | м | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| | | д | + | + | + | + | + | + | + | + | + |
| 3 | Челночный бег | м | | | | | | | 9,0 | 9,6 | 10,5 |

| | | | | | | | | | | | |
|---------------|---|--|--|--|--|--|--|--|-----|------|------|
| 3x10 м (сек.) | д | | | | | | | | 9,5 | 10,2 | 10,8 |
|---------------|---|--|--|--|--|--|--|--|-----|------|------|

| | | | | | | | | | | | |
|---|--|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 4 | Прыжок в длину с места (см) | м | 150 | 130 | 115 | 160 | 140 | 125 | 165 | 155 | 145 |
| | | д | 140 | 125 | 110 | 150 | 130 | 120 | 155 | 145 | 135 |
| 5 | Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см) | м | 80 | 75 | 70 | 85 | 80 | 75 | 90 | 85 | 80 |
| | | д | 70 | 65 | 60 | 75 | 70 | 65 | 80 | 75 | 70 |
| 6 | Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.) | м | 70 | 60 | 50 | 80 | 70 | 60 | 90 | 80 | 70 |
| | | д | 80 | 70 | 60 | 90 | 80 | 70 | 100 | 90 | 80 |
| 7 | Отжимания (кол-во раз) | м | 10 | 8 | 6 | 13 | 10 | 7 | 16 | 14 | 12 |
| | | д | 8 | 6 | 4 | 10 | 7 | 5 | 14 | 11 | 8 |
| 8 | Подтягивания (кол-во раз) | м | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 6 | 4 | 3 |
| 9 | Метание т/м (м) | м | 15 | 12 | 10 | 18 | 15 | 12 | 21 | 18 | 15 |
| | | д | 12 | 10 | 8 | 15 | 12 | 10 | 18 | 15 | 12 |

| | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 10 | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин) | д | 23 | 21 | 19 | 25 | 23 | 21 | 28 | 25 | 23 |
| | | м | 28 | 26 | 24 | 30 | 28 | 26 | 33 | 30 | 28 |
| 11 | Приседания (кол-во раз/мин) | м | 40 | 38 | 36 | 42 | 40 | 38 | 44 | 42 | 40 |
| | | д | 38 | 36 | 34 | 40 | 38 | 36 | 42 | 40 | 38 |

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение - основная общеобразовательная школа имени Н.И.Сулимова с. Сухотского Моздокского района Республики Северная Осетия – Алания 363714, РСО - Алания, Моздокский район; с. Сухотское, ул.Новая № 35 тел/факс 56-6-27
ИНН 1511101273/ КПП 151001001; ОГРН 1021500921001 ; ОКТМО 90630460 ; ОКПО 71003261

«УТВЕРЖДАЮ»



КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| |
|---|
| Предмет - Физическая культура |
| Класс -3-4 |
| Образовательная область -Физическая культура и основы безопасности и жизнедеятельности. |
| МО – начальных классов |
| Учебный год - 2023-2024 |
| Срок реализации программы-1год |
| Учитель (ФИО) |
| Мотлях Людмила Федоровна |

с. Сухотского 2023 г.

3-4 КЛАССЫ

| | | | |
|--------------|-----|--------------|-----|
| I четверть | 24 | I полугодие | 48 |
| II четверть | 24 | II полугодие | 54 |
| III четверть | 30 | Всего | 102 |
| IV четверть | 24 | | |
| Всего | 102 | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Календарно-тематическое планирование курса рассчитано на 34 учебные недели при количестве 3 урока (ов) в неделю, всего 102 уроков. При соотнесении прогнозируемого планирования с составленным на учебный год расписанием и календарным графиком количество часов составило 102 уроков.

Если вследствие непредвиденных причин количество уроков изменится, то для выполнения государственной программы по предмету это изменение будет компенсировано перепланировкой подачи материала.

Календарно-тематическое планирование 3 класс (102 часа)

| № урока | Раздел | ТЕМА УРОКА | Планируемые результаты (предметные) | ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ | | | | Домашнее задание | Дата план Дата факт |
|--|-----------------------|---|---|--|---|--|---|----------------------|------------------------|
| | | | | Личностные УУД | Познавательные УУД | Коммуникативные УУД | Регулятивные УУД | | |
| 1 четверть. Легкая атлетика – 10 часов. | | | | | | | | | |
| 1 | Вводный урок 1 час | ОРУ.ТБ по легкой атлетике. Бег 30 м. Прыжки с места. | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Бег 60 м. | 04. 09 |
| 2 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Бег коротким, средним и длинным шагом .Бег 60 м. Подтягивание на высокой перекладине. | Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. | Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или | Челночный бег 3x10 м | 05. 09 |

| | | | | | | | | | |
|---|---------------------|---|---|---|---|--|--|----------------------|-------|
| | | | | | | | ошибочность результата | | |
| 3 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Челночный бег 3x10 м. Прыжки с разбега. | Знать правила и технику выполнения челночного бега. | Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач | Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Челночный бег 3x10 м | 06.09 |
| 4 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Прыжки в высоту, способом «Перешагивания». | Знать технику выполнения прыжка в высоту. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться | Прыжки с места . | 11.09 |
| 5 | Зачётный урок 1 час | ОРУ.ТБ, Челночный бег 3x10м. Прыжки с места. | Знать правила и технику выполнения челночного бега.и выполнения прыжка с места. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз | Прыжки с места . | 12.09 |

| | | | | | | | | | |
|---|-------------------------|--|--|--|---|--|--|---------------------|-------|
| | | | | | | | , средства, контроль, оценка). | | |
| 6 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Прыжки с разбега. Метание малого мяча на дальность | Знать технику выполнения прыжков и приземления. Уметь правильно выполнять метание мяча. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. | Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться | Отжимание от пола | 13.09 |
| 7 | Урок-соревнование 1 час | ОРУ. ТБ. Отжимание от пола. Игра «Перестрелка» | Уметь правильно выполнять отжимание от пола, соблюдать правила игры. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Прыжки на скакалке. | 18.09 |
| 8 | Зачётный урок 1 час | ОРУ. ТБ, Прыжки в длину с места, толчком двумя ногами. Прыжки на скакалке. | Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги Знать технику выполнения прыжков на | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Прыжки на скакалке. | 19.09 |

| | | | | | | | | | | |
|---|---------------------|--|---|--|--|--|--|--|-----------|--|
| | | | скакалке.. | | | | | | | |
| 9 | Урок-1 час | Броски набивного мяча (1кг.) на дальность разными способами. | Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Подъем туловища из положения лёжа. | 20 09 | |
| 10 | Зачётный урок 1 час | Подъем туловища из положения лёжа. | Уметь выполнять подъем туловища из положения лежа. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Подъем туловища из положения лёжа. | 25 09 | |
| Национальные игры -1 час. | | | | | | | | | | |
| Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики - 3часа. | | | | | | | | | | |
| 11 | Урок – игра 1 час | ОРУ. ТБ. Национальная игра «К своим флажкам». | Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе. | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Выполнять совместную деятельность, распределять роли. | Повторить правила игры «К своим флажкам» | 26. 09 | |
| 12 | Урок- | ОРУ. ТБ Игра «День- | Характеристик | Управлять своими | Знать правила | Осуществлять | Взаимно | Подт | 27 | |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------------|--|--|---|---|--|--|---|-----------|
| | эстафета 1 час | ночь». | а основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д). | эмоциями в различных ситуациях | подвижной игры. | продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | контролировать действия друг друга, уметь договариваться | ягивание на перекладине. Отжимание от скамеечки. | 09 |
| 13 | Урок-игра 1 час | ОРУ. ТБ Игра «Перестрелки.» | Связь физических качеств с физическим развитием. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли | Подтягивание на перекладине. Отжимание от скамеечки | 02 10 |
| 14 | Урок соревнований 1 час | ОРУ. ТБ Игра «Точно в мишень» Правила организации и проведения игр. | Правила проведения закаливающих процедур. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях. | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выразить свои мысли | Подтягивание на перекладине. Отжимание от | 03. 10 |

| | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|------------------------|--|--|--|---|--|--|---|-----------|
| | | | | | | | | скаме йки | |
| Кроссовая подготовка 9 часов. | | | | | | | | | |
| 15 | Урок-игра 1 час | Бег 200 м в чередовании с ходьбой. Игра «К своим флажкам» | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Повторить подъем туловища из положения лежа на спине. | 04. 10 |
| 16 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 100м.- бег, 100м.-ходьба. Подъем туловища из положения лежа на спине. | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Медленный бег 4 мин. | 09. 10 |
| 17 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Медленный бег 400м. | Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и | Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, | Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Равномерный, медленный бег до 4 | 10. 10 |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------|---|--|--|---|--|--|--|----------|
| | | | обувь для занятий | родителей | | | | мин. | |
| 18 | Сюжет-ный урок 1 час | Т.Б. Равномерный, медленный бег до 4 мин. | Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Т.Б. Равномерный бег до 5 мин. Развитие выносливости | 11 10 |
| 19 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Равномерный бег до 5 мин. Развитие выносливости. | Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Правила поведения и техника безопасности на уроках | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный бег до 6 мин. | 16 10 |
| 20 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Равномерный бег до 6 мин. | Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, | Правила поведения и техника безопасности на уроках | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность | Т.Б. Равномерный бег до 6 мин. | 17 10 |

| | | | | | | | | | |
|-------------------|------------------------|---|--|--|---|--|--|--------------------------------|----------|
| | | | | причины неудач; | | | или ошибочность результата | | |
| 21 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1км. | Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Характеристика основных физических качеств. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Т.Б. Равномерный бег до 6 мин. | 18 10 |
| 22 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности 500м Учёт. Эстафеты с прыжками. | Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Т.Б. Равномерный бег до 6 мин. | 23 10 |
| 23 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Бег на выносливость 500м(девочки)1000м.(мальчики) | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Т.Б. Равномерный бег до 6 мин. | 24 10 |
| ГТО-1 час. | | | | | | | | | |
| 24 | Урок-игра | Прыжок в длину с места (ГТО). Равномерный бег | Демонстрировать технику | Оказывать бескорыстную | Уметь выполнять | Потребность в общении с | Эффективно сотрудничать | Равномерный | 25 10 |

| | | | | | | | | | |
|--|-------|--|--|---|-------------------------|--|--|------------------------------|--|
| | 1 час | (медленный) до 7 мин. Прыжок в длину с разбега. Подтягивание на высокой перекладине мальчики, нанизкой девочки. Игра «Прыгающие воробушки» | прыжка в длину. Проявлять качества силы, выносливости и координации при выполнении прыжков, бега и подтягивания. | помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | прыжки в длину с места. | учителем Умение слушать и вступать в диалог. | со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | ый бег (медленный) до 7 мин. | |
|--|-------|--|--|---|-------------------------|--|--|------------------------------|--|

2 четверть. Гимнастика с основами акробатики 13 часов.

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|--|---|---|---|---|---|--|--|
| 25 | Урок-игра 1 час | Правила поведения в спортивном зале на уроках гимнастики. Повторение понятий : вис, упор. Развитие силы в упражнении вис углом на гимнастической стенке . Развитие внимания, памяти в игре «Что измени-лось» | Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики | Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | Лежа на спине поднимание прямых ног. 18 р (м) 14 р (д). | |
| 26 | Урок-игра 1 час | Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Совершенствование техники перекатов. Разучивание игры | Выполнять строевые упражнения. Уметь применять их. | Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекааты в группировке, упоры; | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | Лежа на животе отрывая ноги | |

| | | | | | | | | | |
|----|-----------------|--|--|--|--|---|--|---|--|
| | | «Увертывайся от мяча» Комбинированный | | учатся технически правильно выполнять перекуты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками | | | | и руки от пола выполнить (лодочку) - 14р (м) 12р(д). | |
| 27 | Урок – 1 час. | Шахматы. Тема№1 Их истории возникновения соревнований по шахматам. Система проведения шахматных соревнований. Матование одинокого короля разными фигурами (повторение) | Знать правила н шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить матование одинокого короля разными фигурами | |
| 28 | Урок-игра 1 час | Т.Б. ОРУС совершенствование упражнения «стойка на лопатках»; кувырка вперед. Игра «Посадка картофеля» Комбинированный | Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Лежа на спине поднимать туловище | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------|---|---|--|---|---|--|---|--|
| | | | зарядки. | | гимнастики | конкретных учебных заданиях и ситуациях | | коснуться руками и носком в. 18р (м) 14р (д) | |
| 29 | Урок-1 час. | ТБ. ОРУ. Совершенствование упражнения «мост»; «стойка на лопатках». Выполнение упражнений акробатики в разных сочетаниях. Игра «Кот и мышь» Комбинированный | Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Наклон вперед касаясь лбом колен | |
| 30 | Урок игра. 1 час | Шахматы. Тема №2 Тактические комбинации и приемы «связка», «сквозной удар», «двойной удар», «ловля фигуры», «двойной шах», «открытый шах» (повторение) | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить тактические комбинации и приемы «связка», | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------|--|--|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | | | | «сквозной удар», «двойной удар», «ловля фигуры», «двойной шах», «открытый шах» | |
| 31 | Урок-игра. 1-час | ТБ. Совершенствование лазание по наклонной гимнастической скамейке с переходом на гимнастическую стенку; упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Игра на внимание «Класс» Комбинированный | Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Мост из положения, лежа на спине | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------|---|--|--|--|---|--|--|--|
| | | | разными способами, гимнастические упражнения «мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс | | | | | | |
| 32 | Урок-1 час | Совершенствование упражнений в равновесии: «цапля», «ласточка»; техники упражнения «мост». Игра «Прокати быстрее мяч» Комбинированный. | Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Лежа на спине, ноги влево поднимая ноги переверести вправо (часики).- 14р (м) 12(д). | |

| | | | | | | | | | |
|----|-----------------------------------|---|---|---|---|---|--|---|--|
| | | | «мост» ;повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч» | | | | | | |
| 33 | Урок повто рения . 1 час | Шахматы. Тема№3 Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повт орить реше ния позиц ий. | |
| 34 | Урок- игра 1 час | Повторение строевых упражнений. Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед стоя и сидя на полу, упражнениях «мост», «полушпагат». Развитие внимания, ловкости в эстафете «Веровочка под ногами» Комбинированный | Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастически х упражнений. | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. | Умение аргументирова ть необходимость выполнения двигательных действий | Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки | Мост из поло жени я, лежа на спине | |
| 35 | Урок 1 час | Совершенствование строевых упражнений. Развитие координации движений, ловкости, | Учатся выполнять : строевые упражнения без | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно- | Способность осуществлять коммуникативн ую | Согласованно выполнять совместную деятельность | Накл он впере | |

| | | | | | | | | | |
|----|-------------------------|--|---|--|---|---|--|--|--|
| | | внимания в упражнениях акробатики. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный | ошибок; серию упражнений акробатики; контролировать свои действия и наблюдать за действиями других | доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | сосудистой системы. | деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | в игровых ситуациях | Д касаясь лбом колен | |
| 36 | Урок 1-час. | Шахматы. Тема №4 Тактический прием «завлечение», «отвлечение» | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить тактический прием «завлечение», «отвлечение» | |
| 37 | Урок-соревнование 1 час | Совершенствование навыков перемещения по гимнастической стенке. Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад. Игра «Волк во рву» Повторение пройденного материала | Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырок вперед и назад; | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Сед углом : разведение ног в стороны и сведение; | |

| | | | | | | | | | |
|---|-----------------|-------------------------------------|---|--|--|--|--|---|--|
| | | | соблюдают правила поведения и предупреждения травматизма | | | | | сгибание ног, подтягивание коленей к груди ; разведение и сведение ног со скреплениями.- 1х15р (м) 1х12(д). | |
| Подвижные игры с элементами гимнастики и основами акробатики 1-часа. | | | | | | | | | |
| 38 | Урок-игра 1 час | Эстафеты с обручем. Игра «Совушка». | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, | Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Повторить Игру «Совушка» | |

| | | | | | | | | | |
|---|-----------------------|---|---|--|--|---|--|---|--|
| | | | соблюдая правила игр и безопасность. | | | | | | |
| 39 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Тема №5 Тактический прием «уничтожение защитой», «спертый мат». Сочетание тактических приемов | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить Тактический прием «уничтожение защитой», «спертый мат». Сочетание тактических приемов. | |
| Спортивные игры (баскетбол) 9 часов. | | | | | | | | | |
| 40 | Вводный урок 1 час | Бросок и ловля мяча на месте. Упражнения для формирования правильной осанки. | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Правила поведения на уроке | |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------------|---|---|--|--|---|--|--|--|
| | | | | к учению | решения проблемы. | | | х физической культуры | |
| 41 | Урок-игра 1 час | Ведение мяча на месте. Правила поведения на уроках физической культуры. | Осваивать технические действия основ спортивных игр. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить ведение мяча на месте. | |
| 42 | Урок соревнования 1 час | Шахматы. Тема №6 Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить решения позиций. | |
| 43 | Урок-соревнование 1 час | Ловля мяча на месте и в движении. Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить тему: «Значение закаливания для укрепления здоровья» | |

| | | | | | | | | |
|----|-------------------------|---|---|--|---|---|--|---|
| 44 | Зачётный урок. 1 час | Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге. | Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр. | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Повторить Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге. |
| 45 | Урок-соревнование 1 час | Шахматы. Тема №7 Борьба за инициативу. Основы дебюта: атака на не рокировавшегося короля | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить Основы дебюта: атака на не рокировавшегося короля |
| 46 | Зачётный урок. 1 час | Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении. | Принимать адекватные решения в условиях | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между | Согласованно выполнять совместную деятельность | Повторить ведение |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------------|--|---|--|--|---|--|--|--|
| | | | игровой деятельности. | деятельности | действия постановки и решения проблемы. | сверстниками и педагогами | в игровых ситуациях | мяча по прямой (шагом и бегом). | |
| 47 | Урок-эстафеты 1 час | Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому» | Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить ведение мяча с изменением направления и скорости | |
| 48 | Урок-соревнование 1 час | Шахматы. Тема №8 Основы дебюта: атака на не рокировавшегося короля. | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить основы дебюта: атака на не рокировавшегося | |

| | | | | | | | | | |
|---|-------------------------|--|---|--|--|--|--|---|--|
| | | | | | | | | ся корол я. | |
| 3 четверть.Подвижные игры - 6 часов. Шахматы-3часа | | | | | | | | | |
| 49 | Урок-эстафета 1 -час | Игра «Бой петухов» | Знать упражнения на формирования правильной осанки. | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Полу приседания и приседания . | |
| 50 | Урок 1- час | Игра «У медведя во бору» Эстафеты с мячом | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность. | Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей. | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми и пальцами, на наружных сторонах | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------------------|--|---|---|--|---|--|---|--|
| | | | | | | | | стопы. | |
| 51 | Урок игра 1- час | Шахматы. Тема№9 Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? | Знать правила н шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повт орить реше ния позиц ий. | |
| 52 | Урок- эстафе та 1 час | Игра «Змейка» | Характеристик а основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д). | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях | Знать правила подвижной игры. | Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами | Взаимно контролирова ть действия друг друга, уметь договариватьс я | Накл оны и повор оты тулов ища в разли чных поло жени ях. | |
| 53 | Урок- игра 1 час | Эстафеты с обручем. Игра «Совушка». | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и | Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодейств овать в команде при проведении подвижных игр | Накл он впере д кася сь лбом колен | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|--|--|---|---|---|--|---|--|
| | | | безопасность. | | | | | | |
| 54 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Тема №10 Шахматный турнир. | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить основы анализа шахматной партии: | |
| 55 | Урок-эстафета 1 час | Игра «Не урони мешочек». | Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Знать упражнения для формирования правильной осанки | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | . Захватывание перекладывание мелких предметов пальцами ног и сводами ступней. | |
| 56 | Урок-путешествие | Игра «Утки –охотники» | Применять правила техники | Способность к самооценке на основе критериев | Знать правила подвижной игры; активно | Осуществлять продуктивное взаимодействие | Согласованные действия с поведением | Ходьба на | |

| | | | | | | | | | |
|--|---------------------------------|---|--|--|--|---|--|---|--|
| | 1 час | | безопасности на уроках подвижных игр. | успешности учебной деятельности | участвовать в игровой деятельности с их учетом | е между сверстниками и педагогами | партнеров; контроль, коррекция. | носки, на пятках, с поджатыми и пальцами, на наружных сторонах стопы. | |
| 57 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Тема №11 Основы анализа шахматной партии: выбери ход и найди план. | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить основы анализа шахматной партии: | |
| Спортивные игры (БАСКЕТБОЛ)– 4 часов. Шахматы-2 часа. | | | | | | | | | |
| 58 | Урок – групповой деятельности 1 | Ловля и передача мяча. Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). Броски в цель (кольцо, | Знать и выполнять правила проведения подвижных игр | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками. | Физические качества и их связь с физическим развитием. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и | Уметь взаимодействовать в команде при проведении | Ведение мяча в движ | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|---|----------------------------------|--|---|--|--|--------------------------------------|--|
| | час | щит). Игра «Борьба за мяч». | на спортивной площадке | | Знать правила подвижной игры. | вступать в диалог | подвижных игр | ении по кругу (правой, левой рукой) | |
| 59 | Урок-игра 1 час | Ловля и передача мяча. Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). Броски в цель (кольцо, щит). Игра «Борьба за мяч». «Мини баскетбол». | Выполнять правила подвижной игры | Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей. | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Броски в цель (кольцо, щит). | |
| 60 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Тема №12 Основы пешечного эндшпиля: проходная пешка, правило квадрата; крайняя пешка, «отталкивание плечом», оппозиции и ключевые поля. | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить основы пешечного эндшпиля. | |
| 61 | Урок-игра 1 час | Ловля и передача мяча в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления и скорости. | Уметь применять правила техники | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований | Характеристика основных физических качеств. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между | Самостоятельно оценивать свои действия и | Ведение мяча с | |

| | | | | | | | | | |
|--|--------------------|--|---|--|---|---|---|--------------------------------------|--|
| | | Игра «Гонка мячей по кругу», «Охотники и утки» | безопасности на уроках подвижных игр. | ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | | сверстниками и педагогами | содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата | изменение м направления и скорости. | |
| 62 | Урок-игра 1 час | Ловля и передача мяча в движении в кругу, квадратах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски мяча в цель (щит). Игры «Мяч ловцу», «Мини баскетбол». | Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. | Мотивировать свои действия; выразить готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения Правила поведения и техника безопасности на уроках. | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата. | Броски мяча в цель (щит) | |
| 63 | | Шахматы. Тема№13 Основы пешечного эндшпиля: крайняя пешка, «отталкивание плечом», оппозиции и ключевые слова | Знать правила н шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить основы пешечного эндшпиля. | |
| Спортивные игры (волейбол)– 15 часов. | | | | | | | | | |
| 64 | Урок-игра 1 час | Волейбол. Т/б при работе с мячом. Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых | Повторить Т/Б на урока | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|--|--|---|---|---|--|---|--|
| | | | игр. | отношения к учению | постановки и решения проблемы. | педагогами | ситуациях | х волей бола. | |
| 65 | Урок-игра 1 час | Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми пальцами, на наружных сторонах стоп. | |
| 66 | Урок-эстафета 1 час | Шахматы. Тема №14 Теоретические позиции пешечного эндшпиля: ферзь против пешки. Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить основы пешечного эндшпиля. | |
| 67 | Урок- | Подача мяча одной | Соблюдать | Формирование | Анализ своей | Потребность в | Контролирова | Ходь | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|--|--|---|---|--|--|---|--|
| | игра 1 час | рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. | дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. | социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | ть учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | ба на носках, на пятках, с поджатыми пальцами, на наружных сторонах стопы | |
| 68 | Урок-игра 1 час | Передача и подача мяча, прием мяча двумя руками. | Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Перекатывание с пяток на носки и обратно, с носков на наружные стороны | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|---|---|--|--|---|--|---|--|
| | | | | | | | | стопы и пятки | |
| 69 | Урок-игра | Шахматы. Тема №15 Сыграй как чемпион. Партия В. Крамник – Д. Садвакасов. | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить основы пешечного эндшпиля. | |
| 70 | Урок-игра | Передача и подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. | Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми и пальцами, на наружных сторонах стопы | |
| 71 | Урок-игра 1 час | Передача мяча. Поддача мяча одной рукой через сетку» Прием мяча | Взаимодействовать в парах и группах при | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой | Правила поведения и техника | Осуществлять продуктивное взаимодействие | Самостоятельно оценивать свои действия | Повторить правила | |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------------------|---|---|---|---|---|---|--|--|
| | | двумя руками. Игра «Пионербол» | выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. | ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | безопасности на уроках. | е между сверстниками и педагогами | и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата | ла пионе рбола . | |
| 72 | Урок- группой деятельности 1 час | Шахматы. Тема№16 Сыграй как чемпион мира. В.Ананд – М. Карлсен. | Знать правила н шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повт орить основ ы пеше чного эндш пиля. | |
| 73 | Урок- игра-1 час | Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. Игра «Перестрелки». | Взаимодейство вать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки | Повт орить прави ла игры «Пер естре лка» | |
| 74 | Урок- игра-1 час | Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. Игра «Перестрелки», | Взаимодейство вать в парах и группах при выполнении технических | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых | Повт орить прави ла игры | |

| | | | | | | | | | |
|----|-----------------------------|--|---|---|--|---|--|-----------------------------------|--|
| | | | действий из подвижных и спортивных игр. | правилами поведения | | педагогами | ситуациях | «Перестрелка» | |
| 75 | Урок-соревнование 3 часа | Шахматы. Тема №17 Шахматный турнир. | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить решения позиций. | |
| 76 | Зачётный урок 1 час | Ловля, передача мяча. Броски в цель - горизонтальную. Поддача мяча одной рукой. Игра «Перестрелка». | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить подачу мяча одной рукой | |
| 77 | Урок-игра-1 час | Поддача мяча одной рукой. Ловля, передача мяча. Броски в цель - горизонтальную. «Пионербол», Игра «Перестрелка». | Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить подачу мяча одной рукой | |
| 78 | Урок-игра-1 час | Броски мяча в цель - вертикальную. Поддача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя | Управлять эмоциями в учебной и | Формирование социальной роли ученика. Формирование | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между | Контролировать учебные действия, аргументиров | Повторить подачу | |

| | | | | | | | | | |
|---|------------------------|--|--|--|---|--|--|---|--|
| | | руками. «Пионербол» | игровой деятельности. | положительного отношения к учению | действия постановки и решения проблемы. | сверстниками и педагогами | ать допущенные ошибки | мяча одной рукой | |
| 4 четверть. Кроссовая подготовка 10 часов. | | | | | | | | | |
| 79 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой до 300 м. Игра «К своим флажкам». | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Бег 300м в чередовании с ходьбой. | |
| 80 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 100м.- бег, 100м.-ходьба. ОРУ с предметами. | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Бег в чередовании с ходьбой 100м.- бег, 100м.-ходьба. | |
| 81 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Медленный бег 400м. Развитие выносливости. | Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий | Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей | Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | .Равномерный, медленный бег до 4 мин. | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|---|--|--|---|--|--|--------------------------------------|--|
| 82 | Сюжетный урок 1 час | Т.Б.Равномерный, медленный бег до 4 мин. | Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 83 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Равномерный бег до 5 мин. Развитие выносливости. | Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Правила поведения и техника безопасности на уроках | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 84 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Равномерный бег до 6 мин. | Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Правила поведения и техника безопасности на уроках | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|--|--|---|---|--|---|---------------------------------------|--|
| | | | | | | | результата | | |
| 85 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. | Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Характеристика основных физических качеств. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | .Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 86 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересечённой местности 500м. Учёт. Эстафеты с прыжками. | Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность | .Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 87 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Преодоление полос препятствий. Эстафеты и игры с бегом. | Уметь преодолевать препятствия в беге. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Физические качества и их связь с физическим развитием. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет. | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 88 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Бег на выносливость 1000м. | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | .Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |

11 часов. Легкая атлетика.

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|---|---|--|--|--|--|---------------------------|--|
| 89 | Урок-игра 1 час | Бег на скорость 30, 60 м. Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Формировать потребности к ЗОЖ. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Бег на скорость 30, 60 м. | |
| 90 | Зачетный урок 1 час | Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств Челночный бег 3x10 м. Игра «Мышеловка». | Правила и технику выполнения челночного бега | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Тройной прыжок с места. | |
| 91 | Урок-игра 1 час | Бег 30 м. Челночный бег 3x10 м. Игра «Пятнашки», бег на скорость | Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, длины шагов бега и где их можно применять | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Челночный бег 3x10 м. | |
| 92 | Урок-эстафе | Бег с эстафетной палочкой. Прыжок в | Уметь выполнять | Умение использовать | Уметь взаимодействовать | Осуществлять продуктивное | Контролировать учебные | Челночные | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|---|--|---|---|--|--|-------------------------------|--|
| | та 1 час | высоту с прямого разбега. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей | равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей. | ть в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики | взаимодействи е между сверстниками и педагогами | действия, аргументировать допущенные ошибки | й бег 3x10 м. | |
| 93 | Урок-игра 1 час | Равномерный, медленный бег до 4 мин. Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей | Пробегать в равномерном темпе 4 минуты Выполнять высокий старт с последующим ускорением | Достижение личносно значимых результатов в физическом совершенстве. | Выделение и формулирование учебной цели; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Бросок теннисного мяча | |
| 94 | Урок эстафета 1 час | Прыжки в длину с места. Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Пустое место». | Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Умение структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Прыжки в длину с места | |
| 95 | Урок-игра 1 час | Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег 4 мин. | Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча в горизонтальную | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------------------------|---|---|--|--|--|--|-----------------------------------|--|
| | | | | | быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. | | | цель. Э | |
| 96 | Урок групповой деятельности 1 час | Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами. | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча в вертикальную цель. | |
| 97 | Урок-игра 1 час | Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Точно в мишень» | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча на дальность | |
| 98 | Урок-игра 1 час | Метание мяча на дальность в горизонтальную цель. | Выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча на дальность | |
| 99 | Урок-игра 1 час | Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность. | Знать правила поведения и технику | Формирование социальной роли ученика. | Составление режима дня; знать правила | Осуществлять продуктивное взаимодействие | Согласованно выполнять совместную | Метание мяча | |

| | | | | | | | | | |
|--|---------------------|--|---|---|--|--|---|---|--|
| | | | безопасности на уроках физической культуры. | Формирование положительного отношения к учению | личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; | е между сверстниками и педагогами | деятельность в игровых ситуациях | на дальность | |
| ГТО – 1 час. | | | | | | | | | |
| 100 | Урок-игра 1 час. | Метание мяча на дальность (ГТО). Кросс по слабо пересеченной местности до 1км. Игра «Удочка», «Салки». | Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях. | Метание мяча на дальность | |
| Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики 2 часа. | | | | | | | | | |
| 101 | Урок-игра 1 час | Игра «Третий лишний» | Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом; | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми и пальцами, на | |

| | | | | | | | | | |
|-----|--------------------|--------------------|---|---|---|--|--|---|--|
| | | | | | | | | наружных сторонах стопы | |
| 102 | Урок-игра 1 час | Игра «Волк во рву» | Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Характеристика основных физических качеств. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми пальцами, на наружных сторонах стопы | |

4 класс. Календарно-тематическое планирование класс (102 часа)

| № урока | Раздел | ТЕМА УРОКА | Планируемые результаты (предметные) | ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ | | | | Домашнее задание | Дата план |
|--|-----------------------|--|---|---|---|--|--|------------------|-----------|
| | | | | Личностные УУД | Познавательные УУД | Коммуникативные УУД | Регулятивные УУД | | Дата факт |
| 1 четверть. Легкая атлетика – 14 часов. | | | | | | | | | |
| 1 | Вводный урок 1 час | ОРУ.ТБ по легкой атлетике. Бег с ускорением 10-15м., 30 м. Высокий старт 10-15 м. Игра «Два мороза». | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Бег 30 м. | 05 10 |
| 2 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Бег коротким, средним и длинным шагом .Бег 30 м. Подтягивание на высокой перекладине. | Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. | Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или | Бег 60м | 06 10 |

| | | | | | | | | | |
|---|---------------------|---|---|---|---|--|--|-----------------------|-----------|
| | | | | | | | ошибочность результата | | |
| 3 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Челночный бег 3x10 м. Прыжки с разбега. | Знать правила и технику выполнения челночного бега. | Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач | Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Челночный бег 3x10 м. | 08 10 |
| 4 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Прыжки в высоту, способом «Перешагивания». | Знать технику выполнения прыжка в высоту. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться | Челночный бег 3x10 м. | 12. 10 |
| 5 | Зачётный урок 1 час | ОРУ.ТБ, Челночный бег 3x10м. Прыжки с места. | Знать правила и технику выполнения челночного бега.и выполнения прыжка с места. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз | Прыжки с места. | 13 10 |

| | | | | | | | | | |
|---|-------------------------|--|--|--|---|--|--|----------------------------------|----------|
| | | | | | | | , средства, контроль, оценка). | | |
| 6 | Урок-1 час | ОРУ. ТБ. Прыжки с разбега. Метание малого мяча на дальность | Знать технику выполнения прыжков и приземления. Уметь правильно выполнять метание мяча. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. | Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться | Метание малого мяча на дальность | 15 10 |
| 7 | Урок-соревнование 1 час | ОРУ. ТБ. Отжимание от пола. Игра «Перестрелка» | Уметь правильно выполнять отжимание от пола, соблюдать правила игры. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Отжимание от пола. | 19 10 |
| 8 | Зачётный урок 1 час | ОРУ. ТБ, Прыжки в длину с места, толчком двумя ногами. Прыжки на скакалке. | Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги Знать технику выполнения прыжков на | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | Прыжки в длину с места, | 20 10 |

| | | | | | | | | | |
|----|---------------------|---|---|--|---|---|--|------------------------------------|----------|
| | | | скакалке. | | | | | | |
| 9 | Урок-1 час | Броски набивного мяча (1кг.) на дальность разными способами. | Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Прыжки на скакалке. | 20 09 |
| 10 | Зачётный урок 1 час | Бег 30 м. Подъем туловища из положения лёжа. | Уметь выполнять подъем туловища из положения лежа. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами. | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Подъем туловища из положения лёжа. | 22 09 |
| 11 | Урок-1 час | Приседания (количество раз/мин) Прыжки через скакалку(кол-во раз). | Уметь выполнять приседание. Прыжки через скакалку. | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами. | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Прыжки через скакалку. | 26 09 |
| 12 | Зачётный | Челночный бег 3x10 | Знать правила | Волевая | Следить за | Осуществлять | Самостоятельно | Прыжки | 27 |

| | | | | | | | | | |
|--------------------|--------------------------------|--|---|--|--|---|---|--|----------|
| | ый урок- 1 час | метров(сек). Прыжки с места. | техники выполнения челночного бега, и прыжков с места. | саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | самочувствием при физических нагрузках | продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами. | но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата | жки с места . | 10 |
| 13 | Урок- 1 час | Метание мяча на дальность. Прыжки с разбега. | Знать правила техники выполнения метание меча на дальность и прыжков с разбега. | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Следить за самочувствием при физических нагрузках | Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами. | Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата | Мета ние мяча на дальн ость | 29 10 |
| 14 | Зачетн ый урок- 1 час | Броски набивного мяча (1кг.) на дальность разными способами. | Знать правила техники выполнения бросков набивного мяча на дальность. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Следить за самочувствием при физических нагрузках | Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами. | Самостоятель но оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата | Мета ние мяча на дальн ость | 03 10 |
| ГТО -1 час. | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---------------------|--|---|--|---|--|---|---|-----------|
| 15 | Зачётный урок-1 час | Подтягивание. (ГТО).Метание мяча на дальность. | Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений | Метание мяча на дальность | 04 09 |
| Кроссовая подготовка 9 часов. | | | | | | | | | |
| 16 | Урок-игра 1 час | Т.Б.Бег в чередовании с ходьбой до 200 м. Игра «К своим флажкам». | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Бег в чередовании с ходьбой до 200 м. | 06 10 |
| 17 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 100м.- бег, 100м.-ходьба. Подъем туловища из положения лежа на спине. | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Бег в чередовании с ходьбой 100м.- бег, 100м.- ходьба | 10. 10 |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|---|--|--|---|--|--|--------------------------------------|-----------|
| 18 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Медленный бег 400м. | Основы знаний об истории развития спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий | Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей | Ходьба и бег как жизненно важные способы передвижения человека. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Равномерный, медленный бег до 4 мин. | 11. 10 |
| 19 | Сюжетный урок 1 час | Т.Б. Равномерный, медленный бег до 4 мин. | Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный, медленный бег до 4 мин. | 13 10 |
| 20 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Равномерный бег до 5 мин. Развитие выносливости. | Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Правила поведения и техника безопасности на уроках | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | 17 10 |
| 21 | Урок-игра | Т.Б. Равномерный бег до 6 мин. | Уметь бегать в равномерном | Оценивать собственную | Правила поведения и | Осуществлять продуктивное | Самостоятельно оценивать | Равномерный | 18 10 |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|---|--|--|---|--|--|--------------------------------------|-----------|
| | 1 час | | темпе до 5 минут | учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | техника безопасности на уроках | взаимодействие между сверстниками и педагогами | свои действия и содержательные обосновывать правильность или ошибочность результата | ый, медленный бег до 6 мин. | |
| 22 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. | Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Характеристика основных физических качеств. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Равномерный, медленный бег до 6 мин. | 20. 10 |
| 23 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности 500м Учёт. Эстафеты с прыжками. | Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательные обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный, медленный бег до 6 мин. | 24. 10 |
| 24 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Бег на выносливость 1000м. | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся | Потребность в общении с учителем Умение слушать и | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать | Равномерный, медленный | 25. 10 |

| | | | | | | | | | |
|---|--------------------|---|---|---|---|--|---|---|----------|
| | | | | общий язык и общие интересы | интервалом в чередовании с | вступать в диалог | поддержку друг другу. | бег до 6 мин. | |
| 2 четверть. Гимнастика с основами акробатики 13 часов. | | | | | | | | | |
| 25 | Урок-игра 1 час | Правила поведения и т/б на уроках гимнастики. Освоение строевых упражнений, ОРУ. Висы и упоры (стоя, лежа). Акробатические упражнения, группировка, перекаты в группировке. Игра «Смена мест» | Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики | Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 1. Лежа на спине, поднимая туловище, коснуться руками и носком в –10 раз (д) 12раз (м). | 27 10 |
| 26 | Урок-игра 1 час | ОРУ с предметами, развитие координационных, силовых способностей, и гибкости. Висы, подъем прямых ног. Группировка, перекаты, кувырок вперед. Игра «Альпинисты» | Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики | Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры; учатся техниче | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 1. Лежа на спине, поднимая туловище | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|--|---|--|--|---|--|---|--|
| | | | | правильно выполнять перекаты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками | | | | ище, коснуться руками и носков –10 раз (д) 12раз (м). | |
| 27 | Урок – 1 час. | Шахматы. Урок№1 История появления шахмат на Руси. Зарождение шахматной культуры в России | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить зарождение шахматной культуры в России | |
| 28 | Урок-игра 1 час | Висы, подъем прямых ног. Акробатические упражнения, перекаты в группировке, лежа на животе, Лазания по гимнастической стенке, по наклонной скамейке, в упоре присев и стоя на коленях. Игра «Альпинисты» | Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки. | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 2. Лежа на спине поднимание прямых ног - 10 раз | |

| | | | | | | | | | |
|----|-----------------|---|---|--|---|---|--|---|--|
| | | | | | | ситуациях | | (м) 8 раз (д). | |
| 29 | Урок- 1 час. | Акробатические упражнения, перекаты в группировке, лежа на животе, Лазания по гимнастической стенке, по наклонной скамейке, в упоре присев и стоя на коленях. Игра «Альпинисты» | Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Сед углом : разве дение ног в сторо ны и сведе ние; стиба ние ног, подтя гиван ие колен ей к груди ; разве дение и сведе ние ног со скре щени ями. | |

| | | | | | | | | | |
|----|-------------------------|---|--|---|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | 1x10 (м), 1x8 (д) | |
| 30 | Урок игра. 1 час | Шахматы. Урок№2 Основные принципы игры в дебюте. Перевес в развитии фигур | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повт орить основ ные прин ципы игры в дебю те. | |
| 31 | Урок- игра. 1-час | Комбинация из освоенных элементов акробатики. Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. Эстафета с гимнастическими элементами. Игра «Альпинисты» | Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, лежа на боку на гимнастическо м мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание разными способами, гимнастически | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог | Контролирова ть учебные действия, аргументиров ать допущенные ошибки | Лежа на спине подни мание прямы х ног - 10 раз (м) 8 раз (д). | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------|--|--|--|--|---|--|---|--|
| | | | е упражнения «мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс | | | | | | |
| 32 | Урок-1 час | Лазанье по гимнастической стенке, по наклонной скамейке, в упоре присев и стоя на коленях. Комбинация из освоенных элементов акробатики. | Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; повторяют правила и | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Лежа на спине поднимание прямых ног - 10 раз (м) 8 раз (д). | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------------|--|--|---|--|---|--|---|--|
| | | | играют в игру «Прокати быстрее мяч» | | | | | | |
| 33 | Урок повторения 1 час | Шахматы. Урок №3 Атака на короля. Перевес в пространстве. | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить атака на короля. | |
| 34 | Урок-игра 1 час | Комбинация из освоенных элементов акробатики. Лазания по наклонной скамейке, в упоре присев и стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Салки догонялки» | Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и соперничества | Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Лежа на животе отрывать ноги и руки от пола выполнять (лодочку) 10 раз (м), 8 раз (д) | |
| 35 | Урок групповой | Совершенствование строевых упражнений. Развитие координации | Учатся выполнять : строевые | Взаимодействовать со сверстниками на принципах | Основы знаний о работе органов дыхания и | Способность осуществлять коммуникативн | Согласованно выполнять совместную | Лежа на живом | |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------------|---|---|--|---|---|--|---|--|
| | деятельности 1 час | движений, ловкости, внимания в упражнениях акробатики. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный | упражнения без ошибок; серию упражнений акробатики; контролировать свои действия и наблюдать за действиями других | уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | сердечно-сосудистой системы. | ую деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | деятельность в игровых ситуациях | те отрывая ноги и руки от пола выполнить (лодочку) 10 раз (м), 8раз (д) | |
| 36 | Урок 1-час. | Шахматы. Урок№4 План игры. Выбор хода. | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить план игры. Выбор хода. | |
| 37 | Урок-соревнование 1 час | Совершенствование навыков перемещения по гимнастической стенке. Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад . Игра «Волк во рву» Повторение пройденного | Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Сед углом : разведение ног в стороны и свезде | |

| | | | | | | | | | |
|---|------------------------|---|--|---|---|---|--|---|--|
| | | материала | выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и предупреждени я травматизма | | | | | ние; стиба ние ног, подтя гиван ие колен ей к груди ; разве дение и сведе ние ног со скре щени ями. 1x10 (м), 1x8 (д) | |
| Подвижные игры с элементами гимнастики и основами акробатики 1-часа. | | | | | | | | | |
| Шахматы-1 час | | | | | | | | | |
| 38 | Урок- игра 1 час | Эстафеты с обручем. Игра «Космонавты». | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, | Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в | Уметь взаимодейств овать в команде при проведении подвижных | Упражне ния с обручам и. | |

| | | | | | | | | | |
|---|-----------------------|---|---|--|--|---|--|---|--|
| | | | прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность. | виноват, поступил правильно и др.); | их учетом | диалог | игр | | |
| 39 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Урок №5 Виды дебюта (открытые, полуоткрытые, закрытые). | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить виды дебюта (открытые, полуоткрытые, закрытые). | |
| Спортивные игры (баскетбол) 9 часов. | | | | | | | | | |
| 40 | Вводный урок 1 час | Т/Б при работе с мячом. Ловля и передача мяча. Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). Броски в цель (кольцо, щит). Игра «Борьба за мяч». | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). | |
| 41 | Урок-игра 1 час | Ловля и передача мяча. Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). | Осваивать технические действия основ спортивных | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между | Согласованно выполнять совместную деятельность | Ведение мяча в | |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------------|---|---|--|--|---|--|---|--|
| | | Броски в цель (кольцо, щит). Игра «Борьба за мяч». | игр. | окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | действия постановки и решения проблемы. | сверстниками и педагогами | в игровых ситуациях | движении по кругу (правой, левой рукой). | |
| 42 | Урок соревнования 1 час | Шахматы. Урок №6 Виды дебюта (открытые, полуоткрытые, закрытые). | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить виды дебюта (открытые, полуоткрытые, закрытые). | |
| 43 | Урок-соревнование 1 час | Ловля и передача мяча в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра «Гонка мячей по кругу», «Охотники и утки» | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | |

| | | | | | | | | | |
|----|----------------------------|--|---|--|---|---|--|---|--|
| 44 | Зачётный урок. 1 час | Ловля и передача мяча в движении в кругу, квадратах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски мяча в цель (щит). Игры «Мяч ловцу», «Мини баскетбол». | Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр. | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | |
| 45 | Урок-соревнование 1 час | Шахматы. Урок №7 Гамбиты | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить виды дебюта (открытые, полуоткрытые, закрытые). | |
| 46 | Зачётный урок. 1 час | Броски мяча в цель (щит). Ведение, передачи мяча. Игра «Мяч капитану», «Попади в обруч». | Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Броски мяча в цель (щит). | |

| | | | | | | | | | |
|--|----------------------------|--|---|--|--|---|---|---|--|
| | | | | | проблемы. | | | | |
| 47 | Урок-эстафеты 1 час | Ведение мяча в движении. Взаимодействие игроков. Бросок набивного мяча на заданное расстояние. Игра «Мяч капитану», «Попади в обруч». | Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Ведение мяча в движении. | |
| 48 | Урок-соревнование 1 час | Шахматы. Урок №8 Тактический прием «мельница» «перекрытие» «рентген» | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить тактический прием «мельница» «перекрытие» «рентген» | |
| 3 четверть. Подвижные игры - 9 часов. | | | | | | | | | |
| 49 | Урок-эстафета 1 -час | Игра «перестрелки» | Знать упражнения на формирования правильной осанки. | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность | Повторить правила игры «Перестрелка» | |

| | | | | | | | | | |
|----|---------------------------------|--|---|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | | | или ошибочность результата | | |
| 50 | Сюжет- ный урок 1- час | Игра «Утки охотники» Эстафеты с мячом | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность. | Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей. | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами | Согласованны е действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | Повт орить прави ла игры «Утк и охотн ики». | |
| 51 | Урок игра 1- час | Шахматы. Урок№9 Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повт орить реше ния позиц ий. | |
| 52 | Урок- эстафе та 1 час | Игра «У медведя во бору» | Характеристик а основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д). | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях | Знать правила подвижной игры. | Осуществлять продуктивное взаимодействи е между сверстниками и педагогами | Взаимно контролирова ть действия друг друга, уметь договариватьс я | Повт орить прави ла игры « У медве дя во бору» | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|--|--|--|--|---|--|---|--|
| 53 | Урок-игра 1 час | Эстафеты с обручем. Игра «Замри». | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность. | Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Повторить правила игры «Замри» | |
| 54 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Урок №10 Анализ шахматной партии: выбери ход | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить анализ шахматной партии: выбери ход | |
| 55 | Урок-эстафета 1 час | Игра «День-ночь». | Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Знать упражнения для формирования правильной осанки | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность | Повторить правила игры «День-ночь» | |

| | | | | | | | | | |
|----|---------------------------|--|---|--|--|---|---|--|--|
| | | | | | | | результата | | |
| 56 | Урок-путешествие 1 час | Игра «Воробьи - воронь» | Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | Повторить правила игры «Воробьи - воронь» | |
| 57 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Урок№11 Простейшие ладейные эндшпили: ладья с пешкой и королем против ладьи и короля | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить простейшие ладейные эндшпили: ладья с пешкой и королем против ладьи и короля | |

**Спортивные игры (БАСКЕТБОЛ)– 6 часов.
Шахматы-2 часа.**

| | | | | | | | | | |
|----|-------------------------------------|---|---|--|---|--|--|---|--|
| 58 | Урок – групповой деятельности 1 час | Ловля и передача мяча. Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). Броски в цель (кольцо, щит). Игра «Борьба за мяч». | Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками. | Физические качества и их связь с физическим развитием. Знать правила подвижной игры. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). | |
| 59 | Урок-игра 1 час | Ловля и передача мяча. Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). Броски в цель (кольцо, щит). Игра «Борьба за мяч». «Мини баскетбол». | Выполнять правила подвижной игры | Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей. | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Ведение мяча в движении по кругу (правой, левой рукой). | |
| 60 | Урок-игра 1 час | Шахматы. Урок №12 Простейшие ладейные эндшпили: ладья с пешкой и королем против ладьи и короля | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых | Повторить простейшие | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|---|---|--|---|--|---|---|--|
| | | | | | | слушать и вступать в диалог | и в ситуациях | ладейные эндшпили: ладья с пешкой и королем против ладьи и короля | |
| 61 | Урок-игра 1 час | Ловля и передача мяча в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра «Гонка мячей по кругу», «Охотники и утки» | Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Характеристика основных физических качеств. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | |
| 62 | Урок-игра 1 час | Ловля и передача мяча в движении в кругу, квадратах. Ведение мяча с изменением | Уметь применять правила техники | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения Правила поведения и техника | | Осуществлять продуктивное взаимодействие между | Самостоятельно оценивать свои действия и | Ведение мяча с | |

| | | | | | | | | | |
|---|-------|--|---------------------------------------|--|---|---|--|--|--|
| | | направления и скорости. Броски мяча в цель (щит). Игры «Мяч ловцу», «Мини баскетбол». | безопасности на уроках подвижных игр. | безопасности на уроках. | | сверстниками и педагогами | содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата. | изменение м направления и скорости | |
| 63 | | Шахматы. Урок№13 Простейшие ладейные эндшпили: ладья с пешкой и королем против ладьи и короля | Знать правила н шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить простейшие ладейные эндшпили: ладья с пешкой и королем против ладьи и короля | |
| Спортивные игры (волейбол)– 10 часов. Шахматы-4 часа | | | | | | | | | |
| 64 | Урок- | Волейбол. Т/б при | Проявлять | Формирование | Анализ своей | Осуществлять | Согласованно | Повт | |

| | | | | | | | | | |
|---------------------------------|------------------------|---|---|---|--|--|--|---|--|
| | игра 1 час | работе с мячом. Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. | быстроту и ловкость во время подвижных игр. | социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | орить Т/б при работе с мячом. | |
| Национальная игра-1 час. | | | | | | | | | |
| 65 | Урок-игра 1 час | Подвижная игра «Осетинские салки» | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Повторить Подать мяча одной рукой через сетку. Принять мяча двумя руками | |
| 66 | Урок-эстафета 1 час | Шахматы. Урок №14 Простейшие легкофигурные окончания: мат двумя слонами одному королю, мат конем и | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить Простейшие | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|--|--|---|--|--|--|--|--|
| | | слоном одинокому королю | | | | вступать в диалог | | фигурные окончания: мат двумя слонами одному королю, мат конем и слоном одинокому королю | |
| 67 | Урок-игра 1 час | Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Повторить подачу мяча одной рукой через | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------|--|---|---|---|---|--|--|--|
| | | | | | | | | сетку · Прием мяча двумя руками | |
| 68 | Урок-игра 1 час | Передача и подача мяча, прием мяча двумя руками. | Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Повторить передачу и подачу мяча, прием мяча двумя руками. | |
| 69 | Урок-игра | Шахматы. Урок №15 Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить решения позиций. | |
| 70 | Урок-игра | Передача и подача мяча одной рукой через сетку. | Осваивать универсальные | Способность к самооценке на | Анализ своей деятельности; | Осуществлять продуктивное | Согласованно выполнять | Повторить | |

| | | | | | | | | | |
|----|-----------------|---|--|---|---|--|--|--|--|
| | | Прием мяча двумя руками. | умения ловкость во время подвижных игр. | основе критериев успешности учебной деятельности | сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | взаимодействи е между сверстниками и педагогами | совместную деятельность в игровых ситуациях | перед ачу и подачу мяча одной рукой через сетку . Прием мяча двумя руками. | |
| 71 | Урок-игра 1 час | Передача мяча. Подача мяча одной рукой через сетку» Прием мяча двумя руками. Игра «Пионербол» | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата | Повторить передачу мяча. Подачу мяча одной рукой через сетку » Прием | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------------------------|---|--|---|---|---|--|--|--|
| | | | | | | | | М мяча двум я рука ми. | |
| 72 | Урок-групповой деятельности 1 час | Шахматы. Урок №16 Шахматный турнир | Знать правила и шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить решения позиций. | |
| 73 | Урок-игра-1 час | Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. Игра «Перестрелки», «Снайперы». | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Повторить передачу мяча. Подачу мяча одной рукой через сетку» Прим мяча двумя я | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------------|--|--|---|---|---|--|--|--|
| | | | | | | | | рука ми. | |
| 74 | Урок-игра-1 час | Подача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. Игра «Перестрелки», | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить передачу мяча. Подать мяча одной рукой через сетку» Прием мяча двумя руками. | |
| 75 | Урок-соревнование 3 часа | Шахматы. Урок №17 Роль шахмат в жизни человека. Как стать сильным шахматистом. Шахматный праздник | Знать правила шахматной партии. | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить решения позиций. | |
| 76 | Зачётный | Ловля, передача мяча. Броски в цель - | Осваивать универсальные | Способность к самооценке на | Анализ своей деятельности; | Потребность в общении с | Согласованно выполнять | Повторить | |

| | | | | | | | | | |
|----|-----------------|--|---|---|--|--|--|---|--|
| | урок 1 час | горизонтальную. Поддача мяча одной рукой. Игра «Перестрелка». | умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. | основе критериев успешности учебной деятельности | сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | учителем Умение слушать и вступать в диалог | совместную деятельность в игровых ситуациях | подачу мяча одной рукой. Ловля, передача мяча. | |
| 77 | Урок-игра-1 час | Поддача мяча одной рукой. Ловля, передача мяча. Броски в цель - горизонтальную. «Пионербол», Игра «Перестрелка». | Осваивать универсальные умения ловкости во время подвижных игр | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Правила поведения и техника безопасности на уроках. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Повторить подачу мяча одной рукой. Ловля, передача мяча. | |
| 78 | Урок-игра-1 час | Поддача мяча одной рукой через сетку. Прием мяча двумя руками. «Пионербол» | Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Повторить подачу мяча одной рукой | |

| | | | | | | | | | |
|---|--------------------|--|--|--|---|--|--|---|--|
| | | | | | проблемы. | | | рукой · Ловл я, перед ача мяча. | |
| 4 четверть. Кроссовая подготовка 10 часов. | | | | | | | | | |
| 79 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой до 300 м. Игра «К своим флажкам». | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Бег в чередовании с ходьбой до 300 м | |
| 80 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Бег в чередовании с ходьбой 100м.- бег, 100м.-ходьба. ОРУ с предметами. | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Бег в чередовании с ходьбой 100м.- бег, 100м.- ходьба | |
| 81 | Урок-эстафета | Т.Б. Медленный бег 400м. Развитие выносливости. | Основы знаний об истории развития | Самоанализ и самоконтроль результата, на | Ходьба и бег как жизненно важные способы | Потребность в общении с учителем | Согласованно выполнять совместную | Равномерный, | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|---|---|--|---|--|--|--------------------------------------|--|
| | 1 час | | спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий | понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей | передвижения человека. | Умение слушать и вступать в диалог | деятельность в игровых ситуациях | медленный бег до 4 мин. | |
| 82 | Сюжетный урок 1 час | Т.Б.Равномерный, медленный бег до 4 мин. | Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный, медленный бег до 4 мин. | |
| 83 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Равномерный бег до 5 мин. Развитие выносливости. | Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Правила поведения и техника безопасности на уроках | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 84 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Равномерный бег до 5 мин. | Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут | Оценивать собственную учебную деятельность: свои | Правила поведения и техника безопасности на | Осуществлять продуктивное взаимодействие между | Самостоятельно оценивать свои действия и | Равномерный, медле | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|--|--|---|---|--|---|--------------------------------------|--|
| | | | | достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | уроках | сверстниками и педагогами | содержательн о обосновывать правильность или ошибочность результата | нный бег до 5 мин. | |
| 85 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. | Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Характеристика основных физических качеств. | Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 86 | Урок-эстафета 1 час | Т.Б. Кросс по слабопересеченной местности 500м. Учёт. Эстафеты с прыжками. | Уметь применять правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовкой | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательн о обосновывать правильность | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 87 | Урок-игра 1 час | Т.Б. Преодоление полос препятствий. Эстафеты и игры с бегом. | Уметь преодолевать препятствия в беге. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Физические качества и их связь с физическим развитием. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет. | Равномерный, медленный бег до 5 мин. | |
| 88 | Урок- | Т.Б. Бег на выносливость | Знать понятия | Оказывать | Уметь | Потребность в | Эффективно | Равно | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------------|------------------------|---|---|--|---|--|--|---------------------------------|--|
| | эстафета 1 час | 1000м. | медленный, средний и быстрый темп бега. | бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. | мерный, медленный бег до 5 мин. | |
| Легкая атлетика 11 часов. | | | | | | | | | |
| 89 | Урок-игра 1 час | Бег на скорость 30, 60 м. Встречная эстафета. Игра «Кот и мыши». Развитие скоростных способностей. Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Формировать потребности к ЗОЖ. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Бег 30м | |
| 90 | Зачетный урок 1 час | Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств Челночный бег 3x10 м. Игра «Мышеловка». | Правила и технику выполнения челночного бега | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Челночный бег 3x10 м | |
| 91 | Урок-игра 1 час | Бег 30 м. Челночный бег 3x10 м. Игра «Пятнашки», бег на скорость | Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и | Понятие «короткая дистанция», Поиск и | Осуществлять продуктивное взаимодействие между | Контролировать учебные действия, аргументировать | Бег 60 м | |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------------|---|--|--|---|--|--|-------------------------------------|--|
| | | | длины шагов бега и где их можно применять | энергии | выделение необходимой информации | сверстниками и педагогами | ать допущенные ошибки | | |
| 92 | Урок-эстафета 1 час | Бег с эстафетной палочкой Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Волк в рву». Развитие скоростно-силовых способностей | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей. | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | Броски теннисного мяча на дальность | |
| 93 | Урок-игра 1 час | Равномерный, медленный бег до 4 мин. Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей | Пробегать в равномерном темпе 4 минуты Выполнять высокий старт с последующим ускорением | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Выделение и формулирование учебной цели; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Броски теннисного мяча на дальность | |
| 94 | Урок эстафета 1 час | Прыжки в длину с места. Бросок теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Пустое место». | Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Умение структурировать знания Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Прыжки в длину с места. | |

| | | | | | | | | | |
|----|--------------------------------------|---|--|--|---|--|--|-------------------------------------|--|
| 95 | Урок-игра 1 час | Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег | Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча в горизонтальную цель. | |
| 96 | Урок групповой деятельности 1 час | Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами. | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча в вертикальную цель. | |
| 97 | Урок-игра 1 час | Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Точно в мишень» | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча на дальность | |
| 98 | Урок-игра 1 час | Метание мяча на дальность | Выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых | Метание мяча на дальн | |

| | | | | | | | | | |
|--|---------------------|--|---|---|--|--|---|-----------------------------|--|
| | | | головы из исходных положений: сидя и стоя. | | | педагогами | ситуациях | ость | |
| 99 | Урок-игра 1 час | Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность. | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению | Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | Метание мяча на дальность | |
| ГТО – 1 час. | | | | | | | | | |
| 100 | Урок-игра 1 час. | Метание мяча на дальность (ГТО). Кросс по слабо пересеченной местности до 1км. Игра «Удочка», «Салки». | Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений | Достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве. | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях. | Метание мяча на дальность | |
| Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики 2 часа. | | | | | | | | | |
| 101 | Урок-игра 1 час | Игра «Третий лишний» | Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно- | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | Ходьба на носках, на пятках | |

| | | | | | | | | | |
|-----|--------------------|--------------------|---|---|---|--|--|--|--|
| | | | | строить свои взаимоотношения с их учетом; | сосудистой системы. | | | Х, с поджатыми и пальцами, на наружных сторонах стопы. | |
| 102 | Урок-игра 1 час | Игра «Волк во рву» | Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Характеристика основных физических качеств. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательность обосновывать правильность или ошибочность результата | Ходьба на носках, на пятках, с поджатыми и пальцами, на наружных сторонах стопы. | |

