**Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура» 4 класса на 2016-2017 уч. год МБОУ «СШ№16» (ФГОС)**

**4-А классы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** |  **Дата** |  **Тема урока** |  **Содержание урока** |  **УУД** |
| план | факт | **Предметные** | **Метапредметные** | **Личностные** |
|  **1 четверть Раздел : «Подвижные игры»- (3ч.)** |
| 1/1 | 4-А01.09 |  | Инструктаж по технике безопасности.  | Инструктаж по технике безопасности. Правила безопасности и поведения на уроке; содержание занятий физической культурой, гигиенические и эстетические требования к комплекту одежды для занятий физкультурой. Строевые команды и распоряжения..  | Знать: выполнение действий по образцу, построение в шеренгу, колонну; соблюдать правила поведения в спортзале; на спортплощадке  | **Регулятивные:** формулировать и удерживать учебную задачу; выбирать действия в соответствии с поставленной учебной задачей **Познавательные:**использовать общие приемы решения поставленных задач; Коммуникативные устанавливать рабочие отношения в группе | Адекватная мотивация учебной деятельности. Знакомство с правилами поведения в спортивном зале; на спортплощадке |
| 2/2 | 4-А06.09 |  | Подвижные игры  | ТБ. ОРУ. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх. Подвижные игры.  | Знать:: выполнение действий по образцу Правила ТБ | Адекватная мотивация учебной деятельности.  |
| 3/3 | 4-А08.09 |  | Развитие скоростных качеств  в подвижных играх  | ТБ. ОРУ. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных и спортивных играх. Подвижные игры. Эстафеты | Научится: выполнять действия по образцу, Правила ТБ  | Адекватная мотивация учебной деятельности.  |
|  |  **Раздел: « Легкая атлетика» - (15 ч.)** |
| 4/1 | 4-А09.09 |  | Разновидностиходьбы и бега | Инструктаж по ТБ. ОРУ. Ходьба: на носках; на пятках, в полуприседе; под счет учителя,. с изменением частоты и длины шагов с перешагиванием и преодолением 3-4 препятствий. Бег: в сочетании с ходьбой, с изменением направления, скорости. Игры с бегом, прыжками. |  Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. | Регулятивные: определять новый уровень отношений Познавательные: находить необходимую информацию. Коммуникативные устанавливать рабочие отношения, работать в группе. | Осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками  |
| 5/2 | 4-А13.09 |  | Спринтерский бег | ТБ.. Строевые упражнения. ОРУ Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30 – 40 м) с максимальной скоростью. Старт из различных и.п. Игры. | Знать названия разучиваемых упражнений .Иметь представление о темпе, скорости Термин: «стартовый разгон в беге».ТБ. | Коммуникативные устанавливать рабочие отношения, Регулятивные: сохранять заданную цель. Познавательные: находить информацию. | Освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 6/37/4 | 4-А15.094-А16.09 |  | Спринтерский бег. Высокий старт. | ТБ. Строевые упражнения. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения.Высокий старт и скоростной бег 2 -3 \*20 - 30м Игры, эстафеты.. | Знать: технику высокого старта. названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники Термин: «бег по дистанции ТБ. | Коммуникативные сотрудничество со сверстниками Регулятивные: сохранять заданную цель. Познавательные: находить информацию. | Освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 8/5 | 4-А20.09 |  | Спринтерский бег. Финальное усилие.  | ТБ. Строевые упражнения .ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 – 3 серии по 20 – 40 метров. Эстафеты,  | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. Термин: «финальное усилие».ТБ. |
| 9/6 | 4-А22.09 |  | Развитиескоростных способностей | ТБ. Строевые упражнения . ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Скоростной бег 2\*60м. Игры, эстафеты. | Иметь представление о темпе, скорости и объеме физических упражнений. ТБ. |
| 10/7 | 4-А23.09 |  | Прыжки. Развитие скоростно-силовых способностей  | ТБ.. Строевые упражнения ОРУ в движении. Специальные беговые, прыжковые упражнения. Многоскоки. Прыжок через 2 -4 шага (серийное выполнение отталкивания); Прыжки с места и с разбега . Прыжок через препятствие ( с 5 -7 беговых шагов), Игры, эстафеты. | Знать: технику прыжка в длину с места и с разбега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные эффективно сотрудничать Регулятивные: контролировать свою деятельность. Познавательные: выделять необходимую информацию | Формирование установки на здоровый образ жизни,  |
| 11/8 | 4-А27.09 |  | Прыжок вдлину с разбега. |  ТБ. Строевые упражнения ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения.Прыжки в длину с 5 -7 ш агов разбега. Равномерный бег до 6 минут  Игры, эстафеты | Знать: технику прыжка в длину с места и с разбега. ТБ. Правила соревнований. | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 12/9 | 4-А29.09 |  | Прыжок в длину с раз-бега. |  ТБ. ОРУ. Специальные беговые , прыжковые упражнения, многоскоки. Прыжки в длину с разбега на результат. Равномерный бег до 6 мин. Игры, эстафеты. | Знать: технику прыжка в длину с места и с разбега. ТБ. Правила соревнований. |
| 13/10 | 4-А30.09 |  | Развитие выносливости | ТБ. ОРУ. Специальные беговые ,  прыжковые упражнения, многоскоки. Равномерный бег до 6 мин.  Преодоление полосы из 3-4 препятствий Игры, эстафеты. | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 14\1115/1216/1317\14 | 4-А04.104-А06.104-А07.104-А11.10 |  | Развитиескоростно-силовых физических качеств сМетание малого мяча | ТБ. ОРУ с теннисным мячом Специальные упражнения. Броски и толчки набивных мячей до 1 кг. Метание на заданное расстояние. Метание т/мяча на дальность , с места и с шага. Метание на дальность в«коридоре»5 -6 метров. Игры.ТБ. ОРУ с теннисным мячом . Специальные упражнения. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1х1) с расстояния 6 – 8 м Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Игры.. | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. Термин: «коридор»Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. Термин: «коридор» | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию.Коммуникативные эффективно сотрудничать Регулятивные: сохранять заданную цель. Познавательные: выделять необходимую информацию | Формирование установки на здоровый образ жизни, |
| Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,  |
|  |
| 18/15 | 4-А13.10 |  | Обучение технике метания мяча на дальность  | ТБ. ОРУ с теннисным мячом Специальные упражнения. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1х1) с расстояния 6 – 8 м Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Игры. | Знать названия разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. ТБ. Термин: «коридор» | Коммуникативные устанавливать рабочие отношения, Регулятивные: сохранять заданную цель. Познавательные: находить информацию. | Умение слушать собеседника. Учет разных мнений и обосновывать собственное.  |
|  |  **Раздел: « Кроссовая подготовка» -(7 ч.)** |
| 19/1 | 4-А14.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Преодоление препятствий и чередование бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания после нагрузки. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Эффективно сотрудничать Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 20/2 | 4-А18.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты*.* Преодоление препятствий и чередование бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).*  | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания после нагрузки. ТБ. | Коммуникативные сотрудничать **Регулятивные: с**амоконтроль Познавательные: находить информацию. |
| 21/3 | 4-А20.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты*.* Преодоление препятствий и чередование бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).*  | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания после нагрузки. ТБ. | **Коммуникативные** договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** корректировать выполнение задания в соответствии с планом , результатом действий на определенном этапе.Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;**Познавательные:** определение основной и второстепенной информаци  | Формирование познавательного интереса к новому |
| 22/4 | 4-А21.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(8 мин).*с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).*  | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхание после нагрузки. ТБ. | Проявление активности, стремление к получению новых знаний |
| 23/5 | 4-А25.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег (9мин.*).*с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).* | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление Дыхания после нагрузки. ТБ. |
| 24/6 | 4-А27.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ Специальные беговые, прыжковые упражнения,. 1000м без учета времен; подвижные игры, эстафеты.  | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания .ТБ. | Формирование познавательного интереса к новому.  |
| 25/7 | 4-А28.10 |  | Бег по пересеченнойместности Развитие выносливости. | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ Специальные беговые, прыжковые упражнения,. 1000м без учета времен; подвижные игры, эстафеты.  | Знать : воздействие физических упражнений на развитие основных двигательных качеств; восстановление дыхания после  нагрузки. ТБ. |   | Проявление активности, стремление к получению новых знаний |
|  |  **II четверть.** **Раздел: « Гимнастика» - (18 ч.), «Подвижные игры» - (3 ч.)** |
| 26/1 | 4-А08.11 |  | Правила поведения на уроках гимнастики. Освоение строевых упражнений | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега . Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». ОРУ. Корригирующие упражнения. Игры на развитие внимания.  | Знать: правила поведения на занятиях гимнастикой ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать**Регулятивные:**выбор эффективных способов решения учебных задач осуществлять анализ выполненных действий; Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Формирование познавательного интереса к новому.  |
| 27/2 | 4-А10.11 |  | АкробатикаСтроевые упражнения |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». ОРУ. Корригирующие упражнения. Перекат вперёд –назад в упор Кувырок вперёд; стойка на лопатках согнув ноги; из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперёд в упор присев; кувырок в сторону. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Активное  включение в процесс выполнения заданий  |
| 28/3 | 4-А11.11 |  | АкробатикаСтроевые упражнения Развитие гибкости |  ТБ. Разновидности ходьбы и бега Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». ОРУ. Корригирующие упражнения. Перекат вперёд –назад в упор Кувырок вперёд; стойка на лопатках согнув ноги; из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперёд в упор присев; кувырок в сторону. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Развитие этическихчувств: доброжелательности и  отзывчивости |
| 29/4 | 4-А15.11 |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега Корригирующие упражнения. ОРУ с гимнастической палкой.Перекаты и группировка с последующей опорой руками. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать**Регулятивные:**выбор эффективных способов решения учебных задач ;осуществлять анализ выполненных действий; Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Развитие самостоятельности и личной ответственности засвои поступки на основе представлений о нравственных нормах |
| 30/5 | 4-А17.11 |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега Корригирующие упражнения. ОРУ с гимнастической палкой.Перекаты и группировка с последующей опорой руками. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. |
| 31/6 | 4-А18.11 |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега Корригирующие упражнения. ОРУ с гимнастической палкой.Перекаты и группировка с последующей опорой руками 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. Игры.  | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. |
| 32/7 | 4-А22.11 |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега Корригирующие упражнения. ОРУ с гимнастической палкой.Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. |
| 33\8 | 4-А24.11 |  | АкробатикаСтроевые упражненияРазвитие гибкости | ТБ. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы и бега Корригирующие упражнения. ОРУ с гимнастической палкой.Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. Игры. | Знать: выполнение строевых команд, акробатических элементов .ТБ. «Самостраховка.» | Коммуникативные:  с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять упражн. | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики. |
| 34/935/1036/11 | 4-А25.114-А29.114-А01.12 |  | Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей    | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга ОРУ .обручамиУпражнения в висе стоя и лёжа В висе спиной к гимнастической стенке, поднимание согнутых и прямых ног; Вис на согнутых руках; Подтягивание в висе лёжа,Упражнения в упоре :лёжа от гимнастической скамейке.. | Знать: технику выполнения висов и упоров ТБ. «Самостраховка.» | **Коммуникативные:**выражать творческое отношение к выполнению заданийРегулятивные: осуществлять анализ выполненных действий;Познавательные: уметь выполнять гимнастические упражнения | Развитие этических чувств,  доброжелательности эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сочувствия другим людям,  |
| 37/12 | 4-А02.124-А06.12 |  | Висы и упоры. СтроевыеупражненияКонтроль завыполнениемвисов и упоров.. | ТБ.Размыкание и смыкание приставными шагами; перестроение из колонны по 1 в колонну по 2, из одной шеренги в две; передвижение в колонне по 1 на указанные ориентиры; команда: «На два, четыре шага- разомкнись!»ОРУ.Упражнения в висе стоя и лёжа .В висе спиной к гимнастической стенке, поднимание согнутых и прямых ног; Вис на согнутых руках; подтягивание в висе лёжа,; Упражнения в упоре лёжа от гимнастической скамейкиТБ. Разновидности ходьбы и бега  | Знать: технику выполнения висов и упоров ТБ. «Самостраховка.»  | **Коммуникативные:**договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** самостоятельно планировать,контролировать корректировать и оценивать свою работу., осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики;Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Развитие мотивов учебной деятельности иосознание личностного смыслаучения, развитие навыков сотрудничества со сверстника-ми и взрослыми Потребность в общении с учителем и сверстниками. Развитие мотивов учебной деятельно-сти и осознание личностного смыслаучения, развитие навыковсотрудничества со сверстниками и взрослыми. |
| 38/13 |
| 39/14 | 4-А08.124-А09.124-А13.12 |  | Освоениенавыков лазанья и перелезания,развитиесиловых и координаци- онных способностей,... | .ОРУ . Лазанье :по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях; по гимнастической стенки с одновременным перехватом рук и перестановкой ног; перелезание через гимнастическое бревно (высота 60 см.); Лазанье по канату. Игры с преодолением препятствий  |  |
| 40/15 |
| 41/16 |
| 42/17 | 4-А15.124-А16.12 |  | Освоение навыков впреодоленииполосыпрепятствий  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ..со скакалкой, прыжки.Упражнения в висах, упорах. Лазанье.Игры с преодолением препятствий | Знать: технику выполнения висов и упоров ТБ. «Самостраховка.» | **Коммуникативные:**выражать творческое отношение к выполнению заданийРегулятивные: осуществлять анализ выполненных действий;Познавательные: уметь выполнять гимнастические упражнения. | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе. Способностьучеников к саморазвитию. |
| 43/18 |
|  |  **Раздел:** « **Подвижные игры**» **- (3ч.** ) |
| 44/1 | 4-А20.12 |  | ПодвижныеигрыРазвитие двигательныхкачеств | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | **Коммуникативные:**распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий адекватно воспринимать оценку учителя;Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
| 45/2 | 4-А22.124-А23.12 |  | Подвижные игры Развитие двигательныхкачеств | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.   | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
| 46/3 |
|  **III четверть** **« Подвижные игры» -(9 ч.) «Подвижные игры с элементами волейбола» -(9 ч.) «Подвижные игры с элементами баскетбола» - (9 ч.)** **«Подвижные игры с элементами футбола» - (6 ч.)** |
| 47\1 | 4-А12.01 |  | Подвижныеигры Развитие двигательныхкачествигры | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
|  |
| 48/2 | 4-А13.01 |  | ПодвижныеигрыРазвитие двигательныхкачеств | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
| 49/3 | 4-А17.01 |  | Подвижныеигры Развитие двигательныхкачеств | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | Учебно-познавательный интерес к подвижным играм |
|  50/4 | 4-А19.01 |  | Подвижные игры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями | **Коммуникативные:**распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий адекватно воспринимать оценку учителя;Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Навыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решение |
| 51\5 | 4-А20.01 |  | Подвижные игры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  |  |
| 52/6 | 4-А24.01 |  | Подвижныеигры  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.  | Знать: правила подвижных игр с бегом, прыжками, метаниями |
| **Коммуникативные:**распределения функций и ролей в совместнойдеятельности;**Регулятивные:** осуществлять анализ выполненных действий; активно включаться в процесс выполнения заданий адекватно воспринимать оценку учителя;Познавательные: определение основной и второстепенной информации. | Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение находить правильное решениеЭтические чувства,: доброжелательностьэмоционально-нравственная отзывчивость |
| 53/7 | 4-А26.0127.0131.01 |  | Подвижные игры   | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. ТБ. Разновидности ходьбы и бега.  |
| 54/8 |
| 55/9 |
|  |  **Волейбол-9ч.** |
| 56/1 | 4-А02.02 |  | Подвижныеигры на основе волейбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении. Эстафеты с мячом; Игра в «Мяч в воздухе» по упрощённым правилам, «Снайперы», «Охотники и утки», «Перебежка» . Развитие координационных способностей | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Навыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решение |
| 57\2 | 4-А03.0207.02 |  | Подвижные игры наоснове волейбола | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении; Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры.  | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение находить правильное решениеЭтические чувства,: доброжелательностьэмоционально-нравственная отзывчивость |
| 58/3 |
| 59/4 | 4-А09.0210.0214.0216.02 |  | Подвижные игры на основе волейбола | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении; Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры.  (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры.  | Знать: правиласоревнований. ТБ.2 | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитиюМотивация учебной деятельности  |
| 60/5 |
| 61/662\7 |
| 63/864/9 | 4-А17.0221.02 |  | Подвижные игры на основеволейбола | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. Передача мяча в парах, на месте и в движении; Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); Игры. Контроль за выполнение элементов игры .  | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Начальные навыки адаптации в динамично изменяющихсяситуациях |
| Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности |
|  |  **Баскетбол-9 ч.** |
| 65/1 | 4-А24.02 |  | Подвижныеигры на основе баскетбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Бросок по кольцу. Игры, эстафеты с мячом. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указаниюПознавательные: уметь выполнять элементы баскетбола | Развитие самостоятельности и личной ответственности засвои поступки на основе представлений о нравственных нормах,  |
| 66/267/368/469/5 |  4-А28.0202.0303.0307.03 |  | Подвижные игры на основебаскетбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Бросок по кольцу. Игры, эстафеты с мячом.. | Знать: правиласоревнований. ТБ.. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию.. | Навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разныхсоциальных ситуациях |
| 70/6 | 4-А09.03 |  | Подвижные игры на основебаскетбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Бросок по кольцу. Игры, эстафеты с мячом. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Начальные навыки адаптации в динамично изменяющихсяситуациях |
| 71/7 | 4-А10.03 |  | Подвижные игры на основебаскетбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега .ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Бросок по кольцу. Игры, эстафеты с мячом. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов. Познавательные: находить информацию. | Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности |
| 72\8 | 4-А14.03 |  | Подвижные игры на основебаскетбола  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Бросок по кольцу. Игры, эстафеты с мячом. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов.Познавательные: находить информацию. | Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности |
| 73/9 | 4-А16.03 |  | Подвижные игры на основебаскетбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. с мячом. Ловля и передача мяча на месте Ведение на месте правой *(левой)* рукой и в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. Бросок по кольцу. Игры, эстафеты с мячом. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Навыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решение |
|  |  **Футбол- 5ч.** |
| 74/1 | 4-А17.03 |  | Подвижные игры на основефутбола | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ с мячом. . Ведение мяча и с обводкой предметов; эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру; Игра в футбол по упрощённым правиламУдар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с 1-2 шагов; по мячу, катящемуся навстречу; удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу;..Подвижные игры Контроль за выполнением элементов футбола. | Знать: правиласоревнований. ТБ. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и партне­ров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь выполнять технические элементы футбола | Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельностиНавыки сотрудничества в разных ситуациях,умение находить правильное решениеНачальные навыки адаптации в динамично изменяющихсяситуациях |
| 75/2 | 21.0323.0324.03 |  |
| 76/3 |
| 77/4 |
| 78/5 |
|  |  **IV четверть** **« Кроссовая подготовка» -(10 ч.) « Легкая атлетика» - (12 ч.) « Подвижные игры» - (3 ч.)(резерв)** |
|  |  **Кроссовая подготовка- 10 ч.** |
| 79/1 | 4-А05.04 |  | Преодоление препятствийРазвитие выносливостисти. | ТБ. ОРУ в движении.. Специальные упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием. Игры с преодолением препятствий. | Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств ( выносливости  | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности,взаимопомощи и сопереживания |
| 80/2 | 4-А06.04 |  | Развитие выносливости. |
| 81/3 | 4-А |  | Развитие выносливости.Бег по пересеченнойместности  | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ в движении. Специальныеупражнения. Разнообразные прыжки, многоскоки. Переменный бег – 3 минут в чередовании с ходьбой.Игры.ТБ. Разновидности ходьбы и бега. . ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(6 мин).* с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).*  | Знать:. сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. Знать: сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств ( выносливости  | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитию |
| 82/4 |
| 83/5 |
| 84/6 | 4-А |  | Бег по пересеченнойместности | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(7 мин).* с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 80 м, ходьба – 90 м).* ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, челночный бег 3х10м; 4х9м; Подвижные игры, эстафеты. Бег *(8 мин).* Подвижные игры, эстафеты. Бег *(9 мин).* с преодолением препятствий и чередованием бега и ходьбы *(бег – 100 м, ходьба – 70 м).* ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Бег 1000м без учета времени; Игры,  | Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств ( выносливости ) | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитию |
| 85/7 |
| 86/887/988\10 |  | Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях |
|  |  **Легкая атлетика-12 ч.** |
| 89\1 | 4-А |  | Спринтерский бег | ТБ. Комплекс ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости,. Бег с ускорением 2\*30 м .Игры,эстафеты. | Знать: понятия «эстафета», «старт», «финиш». ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе различных образцов.Познавательные: находить информацию. | Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями ; |
| 90/2 | 4-А |  | Спринтер-ский бегРазвитие скоростных способностей  | ТБ. Разновидности ходьбы. и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, Бег 30м; повторный бег 2х20м, 2х30м, 2х50м; Бег на результат *(30,м) .*..  | Знать: понятия «эстафета», «старт», «финиш». ТБ. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** принятие учебной задачи, работа по плану, оценка**Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств ( быстрота)  | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитию |
| 91/3 | 4-А |  | Спринтер-ский бегРазвитие скоростных способностей  | ТБ. Разновидности ходьбы. и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения, Бег 30м; повторный бег 2х20м, 2х30м, 2х60 м; Бег на результат *(30,м) ( 60м).*..  | Знать: правильное выполнение основных движений в ходьбе и беге. Сочетание различных видов ходьбы и бега. ТБ. Правила соревнований. |
| 92/4 |
| 93/5 | 4-А |  | Разновидностипрыжков Развитие скоростно-силовых качеств.  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Специальные беговые, прыжковые упражнения Прыжки в длину с места; прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»(отталкивание, приземление);Игры .эстафеты. | Знать: правильное выполнениеосновныхдвижений в ходьбе , беге., прыжках Сочетание различных видов ходьбы и бега.Виды прыжков. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** объективно оценивать свои учебные достижения, **Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств  | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитиюПроявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями ; |
| 94/6 |
| 95/7 |
| 96/8 |
| 97/9 |  |  | Метаниемалогомяча Развитие скоростно-силовых качеств.  | Инструктаж ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Упражнения для метаний. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цели (9м); метание,мяча на дальность; Подвижные игры с элементами метаний. Метание малого мяча с места на заданное расстояние. Толкание набивного мяча 1кг ., . | Знать: правильное выполнениеосновныхдвижений в метании. ТБ. Правила соревнований. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.**Регулятивные:** объективно оценивать свои учебные достижения, **Познавательные:** формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств  | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к заданиям Способность учеников к саморазвитиюРазвитие самостоятельности в поиске решения различных задач; |
| 98/10 |
| 99\11  |
| 100/12 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |