**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-А  01.09 |  | 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-А  06.09 |  | 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-А  08.09 |  | 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-А  09.09 |  | Разновидности  ходьбы 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-А  13.09 |  | 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 | |
| 6/3  7/4 | 4-А  15.09  4-А  16.09 |  | 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-А  20.09 |  | 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-А  22.09 |  | Развитие  скоростных 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-А  23.09 |  | 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-А  27.09 |  | Прыжок в  длину 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-А  29.09 |  | 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-А  30.09 |  | 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\  11  15/  12  16/  13  17\  14 | 4-А  04.10  4-А  06.10  4-А  07.10  4-А  11.10 |  | Развитие  скоростно-  силовых  физических качеств с  Метание 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-А  13.10 |  | 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-А  14.10 |  | Бег по пересеченной  местности 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-А  18.10 |  | Бег по пересеченной  местности 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-А  20.10 |  | Бег по пересеченной  местности 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 совместной  деятельности;  **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-А  21.10 |  | Бег по пересеченной  местности 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-А  25.10 |  | Бег по пересеченной  местности 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-А  27.10 |  | Бег по пересеченной  местности 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-А  28.10 |  | Бег по пересеченной  местности 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-А  08.11 |  | 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-А  10.11 |  | Акробатика  Строевые 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-А  11.11 |  | Акробатика  Строевые 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 этических  чувств:  доброжелательности и  отзывчивости | |
| 29/4 | 4-А  15.11 |  | Акробатика  Строевые упражнения  Развитие 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 за  свои поступки на  основе  представлений о  нравственных  нормах | |
| 30/5 | 4-А  17.11 |  | Акробатика  Строевые упражнения  Развитие 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-А  18.11 |  | Акробатика  Строевые упражнения  Развитие 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-А  22.11 |  | Акробатика  Строевые упражнения  Развитие 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-А  24.11 |  | Акробатика  Строевые упражнения  Развитие 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. Познава  тельные: выполнять упражн. | Учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с  основами  акробатики. | |
| 34/9  35/  10  36/  11 | 4-А  25.11  4-А  29.11  4-А  01.12 |  | Освоение  висов и  упоров,  развитие  силовых и  координаци  онных способностей | | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга ОРУ .обручами  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 скамейке.  . | Знать: технику  выполнения висов и упоров ТБ.  «Самостраховка.» | **Коммуникативные:**  выражать творческое  отношение к  выполнению заданий  Регулятивные:  осуществлять анализ выполненных действий;  Познавательные:  уметь выполнять  гимнастические  упражнения | Развитие этических  чувств,  доброжелательности  эмоционально-нрав­ственной  отзывчивости, сочувствия  другим людям, | |
| 37/  12 | 4-А  02.12  4-А  06.12 |  | Висы и упоры. Строевые  упражнения  Контроль за  выполнением  висов 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 скамейки  ТБ. 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 совместной  деятельности;  **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 и  осознание  личностного смысла  учения, развитие  навыков  сотрудничества со  сверстника-  ми и взрослыми  Потребность в общении с учителем и сверстниками.  Развитие мотивов  учебной деятельно-  сти и осознание  личностного смысла  учения, развитие  навыков  сотрудничества со  сверстниками и  взрослыми. | |
| 38/  13 |
| 39/  14 | 4-А  08.12  4-А  09.12  4-А  13.12 |  | Освоение  навыков  лазанья и  перелезания,  развитие  силовых 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-А  15.12  4-А  16.12 |  | Освоение  навыков в  преодолении  полосы  препятствий | | 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 заданий  Регулятивные:  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.  Способность  учеников к  саморазвитию. | |
| 43/  18 |
|  | **Раздел:** « **Подвижные игры**» **- (3ч.** ) | | | | | | | | | |
| 44/1 | 4-А  20.12 |  | Подвижные  игры  Развитие  двигательных  качеств | | 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 совместной  деятельности;  **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-А  22.12  4-А  23.12 |  | Подвижные  игры  Развитие  двигательных  качеств | | 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-А  12.01 |  | Подвижные  игры Развитие  двигательных  качеств игры | | 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-А  13.01 |  | | Подвижные  игры  Развитие  двигательных  качеств | 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-А  17.01 |  | | Подвижные  игры  Развитие  двигательных  качеств | 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-А  19.01 |  | 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 совместной  деятельности;  **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-А  20.01 |  | Подвижные  игры | | ТБ. Разновидности ходьбы и бега ОРУ. Подвижные  игры с бегом, прыжками, метанием. |  |
| 52/6 | 4-А  24.01 |  | 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 совместной  деятельности;  **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  Этические чувства,: доброжелательность  эмоционально-  нравственная  отзывчивость | |
| 53/7 | 4-А  26.01  27.01  31.01 |  | 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-А  02.02 |  | Подвижные  игры 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: правила  соревнований. 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-А  03.02  07.02 |  | 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. | Знать: правила  соревнований. 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  Этические чувства,: доброжелательность  эмоционально-  нравственная  отзывчивость | |
| 58/3 |
| 59/4 | 4-А  09.02  10.02  14.02  16.02 |  | 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: правила  соревнований. 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 саморазвитию  Мотивация учебной деятельности | |
| 60/5 |
| 61/6  62\7 |
| 63/8  64/9 | 4-А  17.02  21.02 |  | 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. Контроль за выполнение элементов игры . | Знать: правила  соревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе  различных образцов.  Познавательные: находить информацию. | Начальные навыки адаптации в динамично  изменяющихся  ситуациях | |
| Самооценка на  основе критериев  успешной  учебной  деятельности | |
|  | **Баскетбол-9 ч.** | | | | | | | | | |
| 65/1 | 4-А  24.02 |  | Подвижные  игры 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: правила  соревнований. ТБ. | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения.  Регулятивные:  адекватно оценивать  свои действия и  партнеров, видеть  ошибку и исправлять  ее по указанию  Познавательные:  уметь выполнять элементы баскетбола | Развитие  самостоятельности  и личной  ответственности за  свои поступки на  основе  представлений о  нравственных  нормах, | |
| 66/2  67/3  68/4  69/5 | 4-А  28.02  02.03  03.03  07.03 |  | Подвижные  игры 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: правила  соревнований. ТБ.  . | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе  различных образцов.  Познавательные: находить информацию.  . | Навыки  сотрудничества со  сверстниками и  взрослыми в разных  социальных  ситуациях | |
| 70/  6 | 4-А  09.03 |  | Подвижные  игры 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: правила  соревнований. ТБ. | Коммуникативные эффективно сотрудничать **Регулятивные:** определять правильность выполненного задания на основе  различных образцов.  Познавательные: находить информацию. | Начальные навыки адаптации в динамично  изменяющихся  ситуациях | |
| 71/7 | 4-А  10.03 |  | Подвижные  игры 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: правила  соревнований. 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-А  14.03 |  | Подвижные  игры 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: правила  соревнований. 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-А  16.03 |  | Подвижные  игры 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: правила  соревнований. ТБ. | Навыки  сотрудничества в  разных ситуациях,  умение находить правильное решение | |
|  | **Футбол- 5ч.** | | | | | | | | | |
| 74/1 | 4-А  17.03 |  | Подвижные  игры на  основе  футбола | | 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 правилам  Удар 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: правила  соревнований. 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  деятельности  Навыки  сотрудничества в  разных ситуациях,  умение находить правильное решение  Начальные навыки адаптации в динамично  изменяющихся  ситуациях | |
| 75/2 | 21.03  23.03  24.03 |  |
| 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-А  05.04 |  | Преодоление препятствий  Развитие 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-А  06.04 |  | Развитие выносливости. | |
| 81/3 | 4-А |  | Развитие выносливости.  Бег по  пересеченной  местности | | ТБ. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ в движении. Специальные  упражнения. 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 пересеченной  местности | | 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 |
| 86/8  87/9  88\  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 бег  Развитие  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 бег  Развитие  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 |  | Разновидности  прыжков  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 выполнение  основных  движений 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  саморазвитию  Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями  ; | |
| 94/6 |
| 95/7 |
| 96/8 |
| 97/9 |  |  | Метание  малого  мяча  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 выполнение  основных  движений 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  саморазвитию  Развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; | |
| 98/  10 |
| 99\  11 |
| 100/  12 |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | |