МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2» ПАРТИЗАНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета физическая культура

по ФГОС

(4 класс)

на 2022 — 2023 учебный год

Учителя по предмету физическая культура

Лукутина Александра Алексеевна

Ананьева Вероника Валерьевна

Клименко Елена Юрьевна

Партизанский Городской Округ

2022 год

**Пояснительная записка**

***Физическая культура 4 класс***

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 4 класса разработана на основе примерной программы по физической культуре, федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, авторской программы «Физическая культура»  В.И. Ляха. М, «Просвещение», 2013 год.

Согласно федеральному базисному учебному плану в МБОУ «СОШ№2» на изучение предмета « Физическая культура» в 4 классе отводится 102 часа в год, из расчёта 3 часа в неделю.

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» разработана с учётом рабочей программы воспитания. Формы учёта указаны в Приложении 1.

**Целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности. В процессе овладения двигательной деятельности с обще-развивающей направленностью не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач:**

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

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

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

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

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

**Содержание программы представлено следующими разделами:**

**Знания о физической культуре (10 ч)**

Выполнять организационно – методические требования. Вести дневник самоконтроля, рассказывать историю появления мяча и футбола. Объяснять , что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и её значение в жизни человека.

**Гимнастика с элементами акробатики (48 ч)**

Выполнять строевые упражнения. Наклон вперёд из положения стоя и сидя, различные варианты висов. Вис завесом одной и двумя ногами. Кувырок вперёд с места, с разбега и через препятствие. Кувырок назад. Стойку на голове, на руках, на лопатке, мост. Упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах. Опорный прыжок. Проходить станции круговой тренировки. Лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приёма. Прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках. Выполнять разминку на месте, бегом в движении, с мешочками, с гимнастическими палками, массажными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, резиновыми кольцами, направленными на развитие гибкости и координации движений, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься.

**Лёгкая атлетика (26 ч)**

Пробегать 30 м и 60 м на время. Выполнять челночный бег. Метать мешочек на дальность и мяч на точность. Прыгать в длину с места и с разбега. Прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперёд. Проходить полосу препятствий. Бросать набивной мяч способами «из – за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой. Пробегать дистанцию 1.000 м, передавать эстафетную палочку.

**Подвижные игры (30 ч)**

Выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку. Ведение мяча ногами и руками. Приём мяча снизу и сверху. Бить и бросать по воротам. Бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах. Бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами. Играть в подвижные игрв «Ловишки», «Ловишки на хопах», «Колдунчики», «Салки с домиками, «Салки – дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Командные хвостики», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку». Играть в спортивные игры «Футбол», «Баскетбол», «Гандбол»

**Ценностные ориентиры**

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

**Планируемые результаты**

**Личностные:**

* формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
* развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные**

*Коммуникативные:*

* работать в группе, устанавливать рабочие отношения;
* сохранять доброжелательные отношения друг к другу; сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга;
* с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
* представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме;
* организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение;
* использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира

*Регулятивные:*

* осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности;
* определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности;
* осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку;
* проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества;
* сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.

*Познавательные:*

* объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры;
* рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр;
* овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
* оказывать первую помощь при лёгких травмах

**Предметные:**

* формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
* овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
* формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств.

**Учащиеся научатся:**

* ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренний зарядки, физкультминуток, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья;
* раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностноеразвитие;
* организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями;
* выполнять тестовые упражнения для оценки динамики и индивидуального развития основных физических качеств;
* выполнять организующие строевые команды и приёмы;
* выполнять акробатические и гимнастические упражнения на спортивных снарядах;
* выполнять легкоатлетические упражнения;
* выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**Учащиеся получат возможность:**

* выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
* характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укрепления здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности;
* целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
* сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
* выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
* играть в баскетбол и футбол по упрощённым правилам.

Поурочное планирование по физической культуре в 4 классе

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Количество часов | Планируемые результаты | | | Виды деятельности | Дата |
| Предметные УУД | Метапредметные УУД | Личностные УУД |
|  | Знания о физической культуре | 1 |  |  |  |  |  |
| 1 | Организационно – методические требования на уроках физической культуры | 1 | Знать, какие организационно – методические требования применяются на уроках | К:слушать и слышать друг друга  Р: находить и выделять необходимую информацию  П:рассказывать об организационно – методических требованиях | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и отзывчивости | Организационно – методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры |  |
|  | Лёгкая атлетика | 6 |  |  |  |  |  |
| 2 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта. | 1 | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, игра «Салки с домиками» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении,  тестирования бега на  30 м с высокого старта, подвижная  игра «Салки с домиками» |  |
| 3 | Челночные бег | 1 | Знать технику челночного бега | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: контролировать свою деятельность по результату  П:выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Беговая разминка, челночный бег,  подвижная игра «Флаг на башне» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения |  |
| 4 | Тестирование челночного бега  3 \* 10 м | 1 | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 \* 10 м, подвижная игра «Колдунчики» | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  П:проходить тестирование челночного бега, играть в подвижную игру | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Беговая разминка, тестирование челночного бега  3 \* 10 м, подвижная игра «Колдунчики» |  |
| 5 | Тестирование бега на 60 м с высокого старта | 1 | Знать правила поведения тестирования бега на  60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательную деятельность  П:проходить тестирование бега на  60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на  60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» |  |
| 6 | Тестирование метания мешочка на дальность | 1 | Знать правила поведения тестирования метания мешочка на дальность с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики» | К:слушать и слышать друг друга и учителя  Р: сохранять заданную цель  П:проходить тестирование метания мешочка на дальность с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Беговая разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики» |  |
|  | Подвижные и спортивные игры | 1 |  |  |  |  |  |
| 7 | Техника паса в футболе | 1 | Знать, какие варианты пасов можно применять в футболе | К:уметь работать в группе  Р: осознавать себя как движущую силу своего научения  П:выполнять различные вариантов пасов | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении, техника паса в футболе |  |
|  | Знания о физической культуре | 1 |  |  |  |  |  |
| 8 | Спортивная игра «Футбол» | 1 | Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: видеть ошибку и исправлять ей по указанию взрослого  П:выполнять различные варианты пасов | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка в движении, история футбола. Техника выполнения пасов |  |
|  | Лёгкая атлетика | 3 |  |  |  |  |  |
| 9 | Техника прыжка в длину с разбега | 1 | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | К:представлять конкретное содержание и представлять его в устной форме  Р: контролировать свою деятельность по результату  П:прыгать в длину, играть в «Футбол» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, игра «Футбол» |  |
| 10 | Прыжок в длину с разбега | 1 | Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры с | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: контролировать свою деятельность по результату  П:прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру контролировать свою деятельность по результату | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, игра «Футбол» |  |
| 11 | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | 1 | Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  П:выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега , подвижная игра |  |
|  | Подвижные и спортивные игры | 1 |  |  |  |  |  |
| 12 | Контрольный урок по футболу | 1 | Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила игры | К:содействовать сверстникам в достижении цели  Р: находить необходимую информацию  П:играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка в движении, футбольные упражнения |  |
|  | Лёгкая атлетика | 1 |  |  |  |  |  |
| 13 | Тестирование малого мяча на точность | 1 | Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в игру | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 2 |  |  |  |  |  |
| 14 | Тестирование наклона вперёд из положения стоя | 1 | Знать правила поведения тестирования наклона вперёд из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:проходить тестирование наклона вперёд из положения стоя | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка с малыми мячами, тестирование наклона вперёд из положения стоя, подвижная игра |  |
| 15 | Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 сек. | 1 | Знать правила проведения тестирования подъёма туловища из положения лёжа за 30 сек, правила подвижной игры «Перестрелка» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:проходить тестирование подъёма туловища за 30 сек. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование туловища из положения лёжа за 30 сек, подвижная игра |  |
|  | Лёгкая атлетика | 1 |  |  |  |  |  |
| 16 | Тестирование прыжка в длину с места | 1 | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:проходить тестирование прыжка в длину с места | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 2 |  |  |  |  |  |
| 17 | Тестирование подтягиваний и отжиманий | 1 | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: сохранять учебную цель  П:проходить тестирование подтягиваний и отжиманий | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Разминка с гимнастическими палками, тестирование подтягиваний и отжиманий, подвижная игра |  |
| 18 | Тестирование виса на время | 1 | Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Вышибалы» | К: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: проходить тестирование виса на время | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра |  |
|  | Подвижные и спортивные игры | 9 |  |  |  |  |  |
| 19 | Броски и ловля мяча в парах | 1 | Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки» | К:слушать и слышать друг друга и учителя  Р: видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого  П:бросать и ловить мяч в парах | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах ,подвижная игра |  |
| 20 | Броски мяча в парах на точность | 1 | Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:выполнять броски мяча в парах на точность | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра |  |
| 21 | Броски и ловля мяча в парах | 1 | Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:бросать мяч в парах на точность | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность |  |
| 22 | Броски и ловля мяча в парах у стенки | 1 | Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший, правила подвижной игры «Капитаны» | К:управлять поведением партнёра  Р: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества  П:бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший мяч от стены | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены |  |
| 23 | Подвижная игра «Осада города» | 1 | Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: контролировать свою деятельность по результату  П:выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах |  |
| 24 | Броски и ловля мяча | 1 | Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города» | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:бросать и ловить мяч | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча |  |
| 25 | Упражнения с мячом | 1 | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм» | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:бросать и ловить мяч | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Разминка с мячом, броски и ловля мяча |  |
| 26 | Ведение мяча | 1 | Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм» | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:выполнять ведение мяча различными способами | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Разминка с мячом, варианты ведения мяча |  |
| 27 | Подвижные игры | 1 | Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения | К:находить общее решение практической задачи  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:уметь выбирать подвижные игры и играть в них | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Беговая разминка, подвижные игры |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 2 |  |  |  |  |  |
| 28 | Кувырок вперёд | 1 | Знать технику выполнения кувырка вперёд с места и с трёх шагов, правила подвижной игры «Удочка» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:выполнять кувырок вперёд с места и с трёх шагов | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Разминка на матах, кувырок вперёд с места и с трёх шагов, подвижная игра |  |
| 29 | Кувырок вперёд с разбега и через препятствие | 1 | Знать, как выполняется кувырок вперёд с места, с трёх шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка» | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:выполнять кувырок вперёд с разбега, с трёх шагов, с разбега и через препятствие | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка на матах, кувырок вперёд с места, с разбега, через препятствие, подвижная игра |  |
|  | Знания о физической культуре | 1 |  |  |  |  |  |
| 30 | Зарядка | 1 | Знать, что такое зарядка, правила её выполнения, какие варианты кувырков вперёд бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Р: видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого  П:уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперёд | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Зарядка, техника различных вариантов кувырка вперёд, подвижная игра |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 3 |  |  |  |  |  |
| 31 | Кувырок назад | 1 | Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперёд, правила поведения подвижной игры «Мяч в туннеле» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперёд | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Зарядка, кувырок назад и вперёд, подвижная игра |  |
| 32 | Круговая тренировка | 1 | Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества | Зарядка, круговая тренировка, игровое упражнение на внимание |  |
| 33 | Стойка на голове и на руках | 1 | Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и на руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:выполнять зарядку, стойку на голове и на руках | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Зарядка, стойка на голове и на руках, подвижная игра |  |
|  | Знания о физической культуре | 1 |  |  |  |  |  |
| 34 | Гимнастика, её история и значение в жизни человека | 1 | Знать историю гимнастики, её значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и на руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и на руках | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Гимнастика, её история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и на руках, подвижная игра |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 14 |  |  |  |  |  |
| 35 | Гимнастические упражнения | 1 | Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают | К:устанавливать рабочие отношения, слышать и слушать друг друга  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка на гимнастических матах с мячом, гимнастические упражнения, игровое упражнение на внимание |  |
| 36 | Висы | 1 | Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян» | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:выполнять различные варианты висов | Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества | Разминка на матах с мячом, висы, подвижная игра |  |
| 37 | Лазанье по гимнастической стенке и висы | 1 | Знать, как лазать по гимнастической стенке и висы, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачам  Р: определять новый уровень отношения к самому себе  П:лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами |  |
| 38 | Круговая тренировка | 1 | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка» | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: адекватно оценивать свои действия и действия партнёра  П:походить станции круговой тренировки | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра |  |
| 39 | Прыжки в скакалку | 1 | Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия» | К:уметь работать в группе  Р: осуществлять действие по образцу и заданному плану  П:прыгать со скакалкой и в скакалку | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку, подвижная игра |  |
| 40 | Прыжки в скакалку в тройках | 1 | Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия» | К:слышать и слушать друг друга и учителя  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра |  |
| 41 | Лазанье по канату в два приёма | 1 | Знать технику лазанья по канату в два и три приёма, прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен» | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: определять новый уровень отношения к самому себе  П:залезать по канату в два и три приёма, прыгать в скакалку в тройках | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приёма, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра |  |
| 42 | Круговая тренировка | 1 | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами» | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:походить станции круговой тренировки | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра |  |
| 43 | Упражнения на гимнастическом бревне | 1 | Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: контролировать свою деятельность по результату  П:выполнять упражнения на гимнастическом бревне | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра |  |
| 44 | Упражнения на гимнастических кольцах | 1 | Знать комбинацию на гимнастических кольцах, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Р: определять новый уровень отношения к самому себе  П:выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка на скамейках. Упражнения на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра |  |
| 45 | Махи на гимнастических кольцах | 1 | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: осуществлять действие по образцу и заданному плану  П:выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, подвижная игра |  |
| 46 | Круговая тренировка | 1 | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: сохранять заданную цель  П:выполнять махи и выкрут на кольцах, лазать по гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра |  |
| 47 | Вращение обруча | 1 | Знать, какие варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачам  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:выполнять различные варианты вращения обруча | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности | Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра |  |
| 48 | Круговая тренировка | 1 | Знать технику выполнения стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса» | К:обеспечивать бесконфликтную совместную работу  Р: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять её  П:выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности | Разминка с обручами, стойка на голове и руках, круговая тренировка, подвижная игра |  |
|  | Лёгкая атлетика | 10 |  |  |  |  |  |
| 49  50 | Полоса препятствий | 2 | Знать, как преодолеть полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности  П:преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра |  |
| 51  52 | Усложнённая полоса препятствий | 2 | Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, подвижная игра «Удочка» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности  П:преодолевать усложнённую полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка в движении, прохождение усложнённой полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра |  |
| 53  54  55 | Прыжок в высоту с прямого разбега | 3 | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачам  Р: видеть ошибку и исправлять её  П:прыгать в высоту с прямого разбега | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра |  |
| 56  57  58 | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | 3 | Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением» | К:представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:выполнять прыжок с прямого разбега и способом «перешагивание» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», подвижная игра |  |
|  | Физкультминутка | 2 |  |  |  |  |  |
| 59  60 | Физкультминутка | 2 | Знать, что такое физкультминутки, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением» | К:владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими нормами родного языка  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминуток, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 5 |  |  |  |  |  |
| 61  62 | Знакомство с опорным прыжком | 2 | Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперёд, опорного прыжка, подвижная игра «Ловишка на хопах» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: определять новый уровень отношения к самому себе  П:выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперёд, опорный прыжок | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Прыжок в высоту спиной вперёд, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыжок в высоту спиной вперёд, опорный прыжок |  |
| 63  64 | Опорный прыжок | 2 | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хопах» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:выполнять опорный прыжок | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка с включенными  упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра |  |
| 65 | Контрольный урок по опорному прыжку | 1 | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила проведения подвижной игры | К:слышать и слушать друг друга и учителя  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка с включенными  упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра |  |
|  | Спортивные и подвижные игры | 8 |  |  |  |  |  |
| 66  67 | Броски мяча через волейбольную сетку | 2 | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: контролировать свою деятельность по результату  П:бросать мяч через волейбольную сетку | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку,  подвижная игра |  |
| 68  69 | Подвижная игра «Пионербол» | 2 | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, вариантов ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях | Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку,  подвижная игра |  |
| 70 | Упражнения с мячом | 1 | Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол» | К:устанавливать рабочие отношения  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:выполнять упражнения с мячами в парах | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра |  |
| 71  72 | Волейбольные упражнения | 2 | Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол» | К:слышать и слушать друг друга и учителя  Р: сотрудничать в совместном решении задач  П:выполнять волейбольные упражнения | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества | Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра |  |
| 73 | Контрольный урок по волейболу | 1 | Знать технику выполнения волейбольных упражнений, правила подвижной игры «Пионербол» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:применять умения и знания из области волейбола на практике | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка с мячом в движении, подвижная игра |  |
|  | Лёгкая атлетика | 2 |  |  |  |  |  |
| 74 | Броски набивного мяча способом «от груди», «снизу» и «из – за головы» | 1 | Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из – за головы», правила подвижной игры «Точно в цель» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения  П:бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу» и «из – за головы» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из – за головы», подвижная игра |  |
| 75 | Броски набивного мяча правой и левой рукой | 1 | Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель» | К:представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:бросать набивной мяч правой и левой рукой | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 2 |  |  |  |  |  |
| 76 | Тестирование виса на время | 1 | Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: проходить тестирование виса на время | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра |  |
| 77 | Тестирование наклона из положения стоя | 1 | Знать правила проведения тестирования наклона вперёд из положения стоя | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: походить тестирование наклона вперёд из положения стоя | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка с гимнастическими палками, тестирование наклона из положения стоя, подвижная игра |  |
|  | Лёгкая атлетика | 2 |  |  |  |  |  |
| 78  79 | Тестирование прыжка в длину с места | 2 | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: проходить тестирование прыжка в длину с места | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра |  |
|  | Гимнастика с элементами акробатики | 3 |  |  |  |  |  |
| 80  81 | Тестирование подтягиваний и отжиманий | 2 | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:проходить тестирование подтягиваний и отжиманий | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий, спортивная игра |  |
| 82 | Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 сек. | 1 | Знать правила проведения тестирования подъёма туловища из положения лёжа на спине за 30 сек, правила подвижной игры «Баскетбол» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:проходить тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 сек | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъёма туловища из положения  лёжа за 30 сек |  |
|  | Подвижные и спортивные игры | 2 |  |  |  |  |  |
| 83  84 | Баскетбольные упражнения | 2 | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | К:устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе  Р: контролировать свою деятельность по результату  П:выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества, формирование установки на безопасный образ жизни | Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра |  |
|  | Лёгкая атлетика | 1 |  |  |  |  |  |
| 85 | Тестирование метания малого мяча на точность | 1 | Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: проходить тестирование метания малого мяча на точность | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра |  |
|  | Подвижные и спортивные игры | 2 |  |  |  |  |  |
| 85  86 | Спортивная игра «Баскетбол» | 2 | Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П:бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра |  |
|  | Лёгкая атлетика | 6 |  |  |  |  |  |
| 87  88 | Беговые упражнения | 2 | Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:выполнять беговые упражнения | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра |  |
| 89 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | 1 | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении, тестирование бега на  30 м с высокого старта, подвижная игра |  |
| 90 | Тестирование челночного бега  3 \* 10 м | 1 | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 \* 10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко,,, собирай быстрее» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: проходить тестирование челночного бега  3 \* 10 м | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Беговая разминка, тестирование челночного бега  3 \* 10 м, подвижная игра |  |
| 91  92 | Тестирование метания мешочка на дальность | 2 | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Флаг на башне» | К:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника  П: проходить тестирование метания мешочка на дальность | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра |  |
|  | Подвижные и спортивные игры | 3 |  |  |  |  |  |
| 93 | Футбольные упражнения | 1 | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | К:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу  П:выполнять футбольные упражнения | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра |  |
| 94  95 | Спортивная игра «Футбол» | 2 | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | К:устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П:разминка с мячами, футбольные упражнения | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра |  |
|  | Лёгкая атлетика | 1 |  |  |  |  |  |
| 96 | Бег на 1.000 м |  | Знать правила проведения тестирования бега на 1.000 м, правила спортивной игры «Футбол» | К:добывать недостающую информацию с помощью вопросов  Р: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  П: пробегать дистанцию 1.000 м | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла | Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1.000 м, спортивная игра |  |
|  | Подвижные и спортивные игры | 2 |  |  |  |  |  |
| 97  98 | Подвижные и спортивные игры | 2 | Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр | К:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме  Р: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  П: играть в выбранные спортивные и подвижные игры | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Разминка в движении, спортивные и подвижные игры |  |

Приложение1

**Формы учёта рабочей программы воспитания в рабочей программе по физической культуре**

Рабочая программа воспитания МБОУ «СОШ №2» ПГО реализуется в том числе и через использование воспитательного потенциала уроков физической культуры. Эта работа осуществляется в следующих формах:

* Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
* Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:

Демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского

поведения, проявления человеколюбия и добросердечности — использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы

* Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в классе
* Инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, лицам.
* Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.
* Применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.
* Применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.
* Выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания.
* Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
* Установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.