



Муниципальное казенное образовательное учреждение
«Октябрьская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Николая Васильевича Архангельского»



Принята на заседании
педагогического совета школы
№1 от «30» августа 2019 года



«Утверждено»:
Директор МКОУ «Октябрьская СОШ
им. Героя Советского Союза имени
Н.В. Архангельского»
В.В. Чичурко
Приказ № 46 от «31» 08. 2019 года

Рабочая программа учебного предмета **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА** **(ФГОС ООО)**

1 – 4 классы

К УМК В. И. Ляха (М.: Просвещение)

Составитель:

Романович Виталий Анатольевич
Высшая категория
Руководитель ШМО учителей
физической культуры и ОБЖ

гп. Октябрьское
2019 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, программы Министерства образования РФ: начального общего образования, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

В соответствии с концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная активность с общей развивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Учитывая эти особенности, данная программа ориентируется на решение следующих **образовательных задач**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазанье, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультурными минутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение мета предметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общие развивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы

- Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2012 г № 273-ФЗ с изменениями.
- Приказ МО и науки РФ от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях на 2017-2018 год».
- СанПиН 2.4.2.2821 - 10 Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях (Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса).
- Образовательная программа МКОУ «Октябрьская СОШ» им. Героя Советского Союза Н.В. Архангельского.
- Учебный план МКОУ «Октябрьская СОШ» им. Героя Советского Союза Н.В. Архангельского.
- «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 г. № 373, от 22 сентября 2011 г. № 2357, от 18 декабря 2012 г. № 1060).
- «Рекомендации по организации приема в первый класс» (письмо Минобрнауки России от 21.03.2003 г. № 03-51-57 ин/13-ОЗ).
- «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» (письмо Минобрнауки России от 25.09.2000 г. № 2021/11-13).
- «Рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период», (письмо Минобрнауки России от 20.04.2001 г. № 408/13-13).
- «О системе оценивания учебных достижений младших школьников в условиях без отметочного обучения в общеобразовательных учреждениях, участвующих в эксперименте по совершенствованию структуры и содержания общего образования» (письмо Минобрнауки России от 03.06.2003 г. № 13-51-120/13).

Место предмета в учебном плане

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчета 3 часа в неделю (всего 405 часов): в 1 классе – 99 часов, во 2 классе – 102 часа, в 3 классе - 102 часа, в 4 классе - 102 часа.

Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Министерства образования и науки от 30 августа 2010 г. №889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания». В первом классе оценки не ставятся.

Содержание учебного курса

1 класс:

Знания о физической культуре. Что такое физическая культура. Как возникли физические упражнения. Чему обучают на уроках физической культуры.

Как передвигаются животные. Как передвигается человек.

Способы физкультурной деятельности. Одежда для игр и прогулок. Подвижные игры. Что такое режим дня. Утренняя зарядка. Физкультминутка.

Личная гигиена.

Физическое совершенствование. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки. Комплексы физкультминуток. Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки.

Гимнастика с основами акробатики. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Акробатические комбинации. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, пере лазания и пере ползания.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах.

Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики. На материале легкой атлетики. На материале лыжной подготовке. На материале спортивных игр. Баскетбол. Подвижные игры разных народов.

2 класс:

Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. Как зародились Олимпийские игры.

Способы физкультурной деятельности. Подвижные игры для освоения спортивных игр. Подвижные игры для освоения игры в баскетбол. Подвижные игры для освоения игры в футбол. Закаливание. Физические упражнения. Физическое развитие и физические качества человека. Игры и занятия в зимнее время года.

Физическое совершенствование. Комплексы упражнений утренней зарядки. Упражнения и подвижные игры с мячом.

Гимнастика с основами акробатики. Строевые действия в шеренге и колонне: выполнение строевых команд. Акробатические упражнения.

Акробатические комбинации. Висы на низкой перекладине. Передвижения по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, пере лазания, пере ползания.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Броски большого мяча. Метание малого мяча.

Лыжные гонка. Передвижение на лыжах.

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики. На материале легкой атлетики. На материале лыжной подготовке. Подвижные игры разных народов.

Спортивные игры. Футбол. Баскетбол. Волейбол.

3 класс:

Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. Как измерить физическую нагрузку. Закаливание обливание, душ.

Способы физкультурной деятельности. Подвижные игры для освоения спортивных игр. Подвижные игры для освоения игры в баскетбол. Подвижные игры для освоения игры в футбол. Закаливание. Физические упражнения. Физическое развитие и физические качества человека. Игры и занятия в зимнее время года.

Физическое совершенствование. Комплексы упражнений утренней зарядки. Упражнения и подвижные игры с мячом.

Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад, гимнастический мост, прыжки со скакалкой. Лазанье по канату. Упражнения на гимнастическом бревне. Передвижения по гимнастической стенке и скамейке. Преодоление полосы препятствий.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Прыжки в высоту и длину. Броски большого мяча. Метание малого мяча. Правила простейших соревнований.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах. Повороты.

Спортивные игры. Футбол. Баскетбол. Волейбол.

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики. На материале легкой атлетики. На материале лыжных гонок. Подвижные игры разных народов.

4 класс:

Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. Оказание первой помощи при легких травмах. Закаливание.

Способы физкультурной деятельности. Наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью.

Физическое совершенствование. Комплексы упражнений утренней зарядки. Упражнения и подвижные игры с мячом.

Гимнастика с основами акробатики Акробатические упражнения и комбинации. Опорный прыжок через гимнастического козла, упражнения на низкой гимнастической перекладине, гимнастические комбинации. Техника выполнения комбинаций на гимнастической перекладине.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Техника старта и финиширования. Прыжковые упражнения. Прыжки в высоту. Техника выполнения.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах. Техника выполнения одновременного одношажного хода.

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики. На материале легкой атлетики. На материале лыжных гонок. Подвижные игры разных народов. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.

Спортивные игры. Футбол. Баскетбол. Волейбол.

Примерное распределение учебных часов по разделам программы

№	Программный материал	Количество часов (уроков)			
		Класс			
		1	2	3	4
1	Основы знаний по физической культуре	6	4	4	5
2	Гимнастика с элементами акробатики	34	31	29	30
3	Легкая атлетика	19	28	29	27
4	Лыжная подготовка	12	12	12	12
5	Подвижные игры	28	27	-	-
6	Подвижные и спортивные игры	-	-	28	28
	Итого:	99	102	102	102

Результаты освоения учебного предмета

По окончании 1 класса должны быть достигнуты определенные результаты

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные);

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Предметные результаты:

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

По окончании 2 класса должны быть достигнуты определенные результаты

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные): овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Предметные результаты:

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

По окончании 3 класса должны быть достигнуты определенные результаты

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные);

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности: осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе (4 класс) должны быть достигнуты определенные результаты

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и меж предметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты:

По окончании 1 класса учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

По окончании 2 класса учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

По окончании 3 класса учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- оказывать носильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных условиях.

По окончании начальной школы (4класс) учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями, в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Уровень физической подготовленности

1 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола

Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

2 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

3 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на перекладине из виса, кол-во раз	5	4	3			
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м, мин., с	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00
Ходьба на лыжах 1 км; мин., с	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

4 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на перекладине из виса, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз				18	15	10
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125

Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6	6,0 – 5,8	6,5 – 6,1	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин., с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Ходьба на лыжах 1 км; мин., с	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30

Критерии и нормы оценивания

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Учебно-практическое оборудование

1. Стенка гимнастическая
2. Мячи
3. Палки гимнастические
4. Скакалки
5. Маты гимнастические
6. Кегли
7. Обруч
8. Флажки
9. Лента финишная
10. Рулетка
11. Набор инструментов для подготовки прыжковых зон
12. Лыжи
13. Сетка для переноса и хранения мячей
14. Аптечка

Список литературы

- Федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования (приказ Минобрнауки РФ № 373 от 6 октября 2009г.)
- Программа В.И. Лях, Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2013г.
- Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.
- Рабочие программы по физической культуре В.И. Ляха. 1-4 классы: - М.: Просвещение 2016г.
- М.В. Видякин Физкультура, Система лыжной подготовки детей и подростков.
- Е.Л. Гордияш и др. Физическое воспитание в школе Волгоград. 2008 год;
- Е.Б. Деревлева и др. Гимнастическая аэробика «Спорт в школе» №24 М.2008 год
- П.К. Киселев, С.Б. Киселева Справочник учителя физической культуры Волгоград. 2008 год;
- В.И. Ковалько Поурочные разработки по физкультуре. Игровой подход 2 класс М. 2008 год;
- В.И. Ковалько Поурочные разработки по физкультуре. Игровой подход 3 класс М. 2010 год;
- В.И. Ковалько Поурочные разработки по физкультуре. Игровой подход 4 класс М.2010 год;

- С.К. Кучкильдин Гимнастика. Нестандартный подход «Спорт в школе» №20 М.2008 год;
- В.А.Лепешкин Методика обучения учащихся технике передвижения на лыжах I- 11 классы М.2006 год;
- В.И. Лях Академический школьный учебник. Физическая культура. 1 – 4 классы. ФГОС М.: Просвещение 2011 год;
- А.В.Маслюков Развитие координационных способностей у школьников «Спорт в школе» №21 М.2008 год;
- И.Б.Павлов. Н.В. Тулупчи Строевые упражнения. Методика обучения строевым приемам «Спорт в школе» №26 М.2009 год;
- А.Ю.Патрикеев Рабочие программы. Физическая культура. 1 класс. К УМК В.И. Ляха М.: ВАКО, 2013 год;
- А.Ю.Патрикеев Рабочие программы. Физическая культура. 2 класс. К УМК В.И. Ляха М.: ВАКО, 2013 год;
- А.Ю.Патрикеев Рабочие программы. Физическая культура. 3 класс. К УМК В.И. Ляха М.: ВАКО, 2013 год;
- А.Ю.Патрикеев Рабочие программы. Физическая культура. 4 класс. К УМК В.И. Ляха М.: ВАКО, 2013 год.

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№	Дата	Тема урока	Тип урока	Решаемые проблемы (цели)	Планируемые результаты		
					Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Знания о физической культуре							
1		Организационно-методические указания	Изучение нового материала	Научить строиться в шеренгу и колонну; ознакомление с организационно-методическими требованиями; разучивание подвижной игры «Ловишка»	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну для движения; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в подвижную игру «Ловишка»	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
Легкая атлетика							
2		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный урок	Повторение построения в шеренгу и колонну. Разучивание поворотов направо и налево на месте. Разучивание разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Повторение подвижной игры «Ловишка»	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину
3		Техника челночного бега	Изучение нового материала	Повторение строевых упражнений; проведение разминки в движении; знакомство с техникой челночного бега; разучивание подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности

						и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки»	
4		Тестирование челночного бега 3x10м	Контрольный урок	Знакомство с понятием «дистанция». Разучивание разминки на месте. Проведение тестирования челночного бега 3x10м с высокого старта. Повторение подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности
Знания о физической культуре							
5		Возникновение физической культуры и спорта	Изучение нового материала	Повторение понятия «дистанция». Знакомство с тем, как возникли физическая культура и спорт. Разучивание разминки в движении и подвижной игры «Гуси-лебеди»	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди»</p>	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, Развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность
Легкая атлетика							
6		Тестирование метания предмета на дальность	Контрольный урок	Повторение поворотов направо - налево. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений.	Знать, как рассчитывать на первый - второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и

				Проведение тестирования метания мешочка на дальность. Повторение подвижной игры «Гуси-лебеди»	координации движений. Понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»; помнить стихотворное сопровождение	Познавательные: уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. Умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность
Подвижные игры							
7		Русские народные подвижные игры	Изучение нового материала	Знакомство с размыканием на руки в стороны. Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений. Знакомство с правилами игры «Горелки». Разучивание упражнения на развитие внимания и равновесия	Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений. Понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки»	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях
Знания о физической культуре							
8		Олимпийские игры	Изучение нового материала	Знакомство с Олимпийскими играми, олимпийскими символами и традициями. Разучивание разминки. Знакомство с техникой метания на дальность, с правилами игры «Колдунчики»	Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку; уметь выполнять технически правильно метание на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и

9	Что такое физическая культура?	Комбинированный урок	Знакомство с понятием «физическая культура» Повторение разминки. Закрепление техники метания на дальность. Повторение правил подвижной игры «Колдунчики»	Знать, что такое физическая культура. Уметь выполнять разминку; уметь выполнять технически правильно метание на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»	здоровый образ жизни Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
10	Темп и ритм	Комбинированный урок	Знакомство с понятиями «темп» и «ритм». Разучивание разминки в кругу, подвижных игр «Салки» и мышеловка»	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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
Подвижные игры						
11	Подвижная игра «Мышеловка»	Комбинированный урок	Повторение понятий «темп» и «ритм». Проведение разминки в движении. Повторение подвижных игр «Салки» и «Мышеловка». Знакомство с усложненными вариантами «Мышеловки»	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь рассказать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.

						о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	
Знания о физической культуре							
12		Личная гигиена человека	Изучение нового материала	<p>Знакомство с понятием «гигиена». Проведение разминки в движении. Разучивание подвижной игры «Салки с домиками». Знакомство с техникой высокого старта и командами «на старт», «внимание», «марш»</p>	<p>Знать, что такое гигиена. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижной игры «Салки с домиками», технику выполнения высокого старта, как выполнять команды «на старт», «внимание», «марш»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о личной гигиене человека, а также о правилах проведения подвижной игры «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни</p>
Легкая атлетика							
13		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	<p>Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования метания малого мяча на точность. Разучивание подвижной игры «Два Мороза»</p>	<p>Знать, как проводятся разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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</p>
Гимнастика с элементами акробатики							

14	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Повторение подвижной игры «Два Мороза». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирования подъема туловища за 30 с. Разучивание подвижной игры «Волк во рву». Выполнение упражнения на запоминание временного отрезка	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подъема туловища из положения лежа и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность
Легкая атлетика						
16	Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. Принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; 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
Гимнастика с элементами акробатики							
17		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из вися лежа	Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования подтягивания на низкой перекладине из вися лежа. Разучивание подвижной игры «Охотник и зайцы»	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из вися лежа; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; 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
18		Тестирование вися на время	Контрольный урок	Проведение разминки у гимнастической стенки, тестирования вися на время. Повторение подвижной игры «Охотник и зайцы»	Знать, как проводятся разминка у гимнастической стенки, тестирование вися на время; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования вися на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; 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
19		Стихотворное сопровождение на уроках	Изучение нового материала	Проведение разминки со стихотворным сопровождением.	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением,	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и

				Разучивание подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
20		Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений	Репродуктивный урок	Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Повторение подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
Подвижные игры							
21		Ловля и броски мяча в парах	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячами, упражнений с мячом в парах, подвижной игры «Осада города»	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера(контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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
22		Подвижная игра «Осада города»	Репродуктивный урок	Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом в парах. Повторение подвижной игры «Осада города»	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	<p>Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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
23		Индивидуальная работа с мячом	Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Повторение подвижной игры «Осада города»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски. Как играть в подвижную игру «Осада города»	<p>Коммуникативные: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие

						«Осада города»	самостоятельности и личной ответственности
24		Школа укращения мяча	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Разучивание подвижной игры «Вышибалы»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибалы»	Коммуникативные: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; 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
25		Подвижная игра «Ночная охота»	Комбинированный урок	Разучивание новой разминки с мячами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Разучивание подвижной игры «Ночная охота»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности
26		Глаза закрывай - упражненье начинай	Комбинированный урок	Разучивание разминки с закрытыми глазами. Проведение упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля, перебрасывание. Повторение	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек,	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый конт-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са-

				подвижной игры «Ночная охота»	когда у него отсутствует зрение	роль. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами	самостоятельности и личной ответственности
27		Подвижные игры	Репродуктивный урок	Повторение разминки с закрытыми глазами. Проведение двух - четырех игр по желанию учеников. Подведение итогов четверти	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение, как подводятся итоги четверти	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции - рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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
Гимнастика с элементами акробатики							
28		Перекаты	Изучение нового материала	Разучивание разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов, подвижной игры «Удочка»	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни
29		Разновидности	Комби-	Повторение	Знать, как проводится	Коммуникативные:	Развитие мотивов учебной

		перекатов	нированный урок	разминки на матах, техники выполнения группировки. Разучивание и повторение перекатов. Повторение подвижной игры «Удочка»	разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты, их виды, правила игры «Удочка»	устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»	деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни
30		Техника выполнения кувырка вперед	Комбинированный урок	Проведение разминки на матах. Повторение перекатов. Разучивание техники выполнения кувырка вперед. Повторение подвижной игры «Удочка»	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Удочка»	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности
31		Кувырок вперед	Комбинированный урок	Познакомить с понятием осанки. Проведение разминки на матах. Повторение перекатов, техники выполнения кувырка вперед. Разучивание подвижной игры «Успей убрать»	Знать, что такое осанка, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Успей убрать»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный, здоровый

32		Стойка на лопатках, «мост»	Комбинированный урок	Повторение понятия «осанка». Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки»	Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила игры «Волшебные елочки»	«Успей убрать» Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	образ жизни Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни
33		Стойка на лопатках, «мост» - совершенствовани е	Комбинированный урок	Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Повторение стойки на лопатках и «моста», подвижной игры «Волшебные елочки»	Знать, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила подвижной игры «Волшебные елочки»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни
34		Стойка на голове	Изучение нового материала	Разучивание разминки на матах. Совершенствование техники выполнения кувырка вперед. Разучивание техники выполнения стойки на голове. Проведение игрового уп-	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование

				ражнения на матах		Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание	эстетических потребностей, ценностей и чувств
35		Лазанье по гимнастической стенке	Комбинированный урок	Проведение разминки на матах с резиновыми кольцами. Повторение техники выполнения стойки на голове. Проведение лазанья по гимнастической стенке, игрового упражнения на матах	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения стойки на голове	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. Регулятивные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
36		Перелезание на гимнастической стенке	Комбинированный урок	Проведение разминки с гимнастическими палками. Повторение техники выполнения стойки на голове и кувырка вперед. Проведение лазанья и перелезания на гимнастической стенке, игрового упражнения на матах	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. Регулятивные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; 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 эстетических потребностей, ценностей и

							чувств; установки на безопасный, здоровый образ жизни
37		Висы на перекладине	Комбинированный урок	Проведение разминки с гимнастическими палками, лазанья и перелезания на гимнастической стенке. Разучивание различных висов на перекладине. Проведение подвижной игры «Удочка»	Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями, коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, формировать способность к преодолению препятствий и само коррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
38		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Проведение разминки с гимнастическими палками, лазанья и перелезания на гимнастической стенке, кувырков вперед, перекатов, висов, стойки на голове, игрового упражнения на внимание	Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке и стойки на голове	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств
39		Прыжки со скакалкой	Изучение нового	Проведение разминки со	Знать, что такое скакалка и какие	<p>Коммуникативные: формировать навыки речевого отображения</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и фор-

			материала	скакалкой. Разучивание прыжков со скакалкой и в скакалку. Проведение подвижной игры «Шмель»	упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»	(описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную игру «Шмель»	мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
40		Прыжки в скакалку	Комбинированный урок	Проведение разминки со скакалкой. Повторение прыжков со скакалкой и в скакалку. Проведение подвижной игры «Шмель»	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»	Коммуникативные: формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
41		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Проведение разминки со скакалкой, круговой тренировки. Разучивание подвижной игры «Береги предмет»	Знать, что такое круговая тренировка и какие упражнения могут в нее входить, правила игры «Береги предмет»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и

						тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет»	чувств
42		Вис углом и вис согнувшись на гимнастической перекладине	Комбинированный урок	Проведение разминки со скакалкой. Разучивание вися углом и вися согнувшись на гимнастической перекладине. Повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, что такое гимнастическая перекладина и какие упражнения можно на них выполнять, правила игры «Волк во рву»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
43		Вис прогнувшись на гимнастической перекладине	Комбинированный урок	Проведение разминки. Повторение вися углом и вися согнувшись на гимнастической перекладине. Разучивание вися прогнувшись на гимнастической перекладине. Повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, что такое гимнастическая перекладина и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку, правила игры «Волк во рву»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: уметь выполнять разминку, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись, проводить подвижную игру «Волк во рву»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44		Переворот назад и вперед на гимнастической перекладине	Комбинированный урок	Проведение разминки. Повторение вися углом, вися согнувшись, вися прогнувшись на гимнастической перекладине.	Знать, что такое гимнастическая перекладина и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку, правила игры «Попрыгунчики-	Коммуникативные: формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

				Разучивание переворота назад и вперед на гимнастической перекладине, подвижной игры «Попрыгунчики - воробы»	воробушки»	себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45		Вращение обруча	Комбинированный урок	Проведение разминки с обручами. Повторение вися углом, вися согнувшись, вися прогнувшись, переворотов вперед и назад. Разучивание вращения обруча. Повторение подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки»	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
46		Обруч - учимся им управлять	Комбинированный урок	Проведение разминки с обручами. Совершенствование техники выполнения вися углом, вися согнувшись, вися прогнувшись, переворотов вперед и назад. Повторение вращения обруча, подвижной игры «Попрыгунчики-воробушки»	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
47		Круговая	Комби-	Проведение	Знать, что такое	Коммуникативные: слушать и	Развитие этических чувств,

		тренировка	нированный урок	разминки с мячами, круговой тренировки, подвижных игр по желанию учеников	массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	<p>слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры</p>	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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 эстетических потребностей, ценностей и чувств
48		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Проведение разминки с мячами, круговой тренировки, подвижных игр по желанию учеников	Знать, что такое массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижные игры</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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 эстетических потребностей, ценностей и чувств
Лыжная подготовка							
49		Организационно-	Изучение	Организационно-методические	Знать правила проведения занятий	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с	Развитие мотивов учебной деятельности и формиро-

		методические требования на уроках лыжной подготовке. Ступающий шаг на лыжах без палок	нового материала	требования на уроках, посвященных лыжной подготовке. Ступающий шаг	по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага на лыжах без палок	помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом	вание личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
50		Скользкий шаг на лыжах без палок	Комбинированный урок	Разучивание переноски лыж под рукой. Повторение техники ступающего шага. Разучивание скользящего шага на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
51		Повороты переступанием на лыжах без палок	Комбинированный урок	Повторение переноски лыж под рукой, техники ступающего шага и скользящего шага. Разучивание поворота переступанием на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок; технику поворота на лыжах без палок	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми

52	Ступающий шаг на лыжах с палками	Комбинированный урок	Разучивание переноски лыж с палками под рукой. Повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, поворота переступанием на лыжах без палок. Разучивание ступающего шага на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, а также ступающего шага с палками	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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
53	Скользящий шаг на лыжах с палками	Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего шага без палок. Разучивание скользящего шага на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, скользящим шагом с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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
54	Поворот переступанием на лыжах с палками	Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего шага без палок и с палками. Разучивание техники поворота переступанием на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками, а также поворотов переступанием на лыжах с палками	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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
55	Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок	Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего шага без палок и с палками.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие

				Разучивание техники подъема «полу елочкой» на склон и спуска со склона в основной стойке на лыжах без палок	выполнения подъема на склон «полу елочкой» без палок, а также знать технику спуска со склона в основной стойке без палок	индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основной стойке и подъем на него «полу елочкой» на лыжах без палок	этических чувств, 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
56	Подъем и спуск под уклон на лыжах с палками	Комбинированный урок	Повторение техники ступающего и скользящего шага с лыжными палками. Разучивание техники подъема «полу елочкой» на склон и спуска со склона в основной стойке на лыжах с лыжными палками. Разучивание техники торможения падением	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полу елочкой» с лыжными палками, а также технику спуска со склона в основной стойке с лыжными палками. Познакомиться с техникой торможения падением	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками, торможение падением	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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	
57	Прохождение дистанции 1 км на лыжах	Комбинированный урок	Совершенствование техники скользящего шага с лыжными палками. Повторение техники подъема «полу елочкой» на склон и спуска со склона в основной стойке на лыжах с лыжными палками. Проверка выносливости при прохождении дистанции 1 км	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км, знать технику выполнения подъема на склон «полу елочкой» с лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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	
58	Скользящий шаг на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Разучивание передвижения	Знать, как выполняется	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя;	Развитие мотивов учебной деятельности и фор-	

			урок	скользящим шагом на лыжах с палками «змейкой».	скользящий шаг на лыжах «змейкой».	<p>понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться «змейкой» на лыжах и метать на точность</p>	мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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
59		Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Комбинированный урок	Проверка выносливости при прохождении дистанции 1,5 км	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1,5 км	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p>Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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
60		Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный урок	Повторение различных шагов на лыжах, как с палками, так и без них. Повторение подъемов и спусков на лыжах. Совершенствование техники торможения падением	Узнать, как проводятся занятия по лыжной подготовке	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в индивидуальной и групповой работе.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять различные лыжные ходы, спускаться со склона и подниматься на него, тормозить падением</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, 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
Гимнастика с элементами акробатики							
61		Лазанье по	Изучение	Разучивание размин-	Знать, что такое	Коммуникативные: формировать	Развитие мотивов учебной

		наклонной скамейке	нового материала	ки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по наклонной скамейке. Разучивание подвижной игры «Белки в лесу»	канат, как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу»	<p>навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу»</p>	<p>деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций</p>
Подвижные игры							
62		Подвижная игра «Белочка-защитница»	Комбинированный урок	Повторение разминки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по канату. Разучивание подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-защитница»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций</p>
Гимнастика с элементами акробатики							
63		Прохождение полосы препятствий	Комбинированный урок	Разучивание разминки на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных</p>

						Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	нормах
64		Прохождение усложненной полосы препятствий	Комбинированный урок	Повторение разминки на гимнастических скамейках. Преодоление усложненной полосы препятствий. Повторение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
Легкая атлетика							
65		Техника прыжка в высоту с прямого разбега	Изучение нового материала	Разучивание разминки на гимнастических скамейках, техники прыжка в высоту с прямого разбега, подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
66		Прыжок в высоту с прямого разбега	Репродуктивный урок	Повторение разминки на гимнастических	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется,	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла

				<p>скамейках. Совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега. Повторение подвижной игры «Бегуны и прыгуны»</p>	<p>правила игры «Бегуны и прыгуны»</p>	<p>диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	<p>учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>
67		Прыжок в высоту спиной вперед	Изучение нового материала	<p>Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Разучивание техники прыжка в высоту спиной вперед, подвижной игры «Грибы-шалуны»</p>	<p>Знать, что такое прыжок в высоту спиной вперед, как он выполняется, правила игры «Грибы-шалуны»</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей</p>
68		Прыжки в высоту	Репродуктивный урок	<p>Проведение разминки со стихотворным сопровождением. Совершенствование техники прыжков в высоту спиной вперед и с прямого разбега. Повторение подвижной игры «Грибы-шалуны»</p>	<p>Знать, что такое прыжки в высоту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалуны»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей</p>

						Познавательные: уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»	
Подвижные игры							
69		Броски и ловля мяча в парах	Изучение нового материала	Проведение разминки с мячом. Разучивание различных вариантов бросков и ловли мяча, подвижной игры «Котел»	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Козел»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, 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
70		Броски и ловля мяча в парах	Репродуктивный урок	Проведение разминки с мячом. Повторение различных вариантов бросков и ловли мяча, подвижной игры «Котел»	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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

						способами, играть в подвижную игру «Котел»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
71		Ведение мяча	Изучение нового материала	Проведение разминки с мячом. Выполнение различных вариантов бросков и ловли мяча. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки»	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
72		Ведение мяча в движении	Комбинированный урок	Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Знакомство с эстафетами	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p>Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
73		Эстафеты с мячом	Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячом. Совершенствование техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и

				с мячом		<p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>	эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
74		Подвижные игры с мячом	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячом, подвижной игры «Охотники и утки». Разучивание подвижной игры «Анти вышибалы»	Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Анти вышибалы»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p>Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Анти вышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками
75		Подвижные игры	Репродуктивный урок	Проведение разминки с мячом, подвижных игр. Подведение итогов	Знать правила проведения подвижных игр	<p>Коммуникативные: строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками
76		Броски мяча через волейбольную сетку	Изучение нового материала	Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Разучивание	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку	<p>Коммуникативные: формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;

				подвижной игры «Забросай противника мячами»		коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты
77		Точность бросков мяча через волейбольную сетку	Комбинированный урок	Проведение разминки в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Повторение подвижной игры «Забросай противника мячами»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей;
78		Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Комбинированный урок	Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Разучивание подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; 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

						волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	
79		Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Комбинированный урок	Проведение разминки с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Повторение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Легкая атлетика							
80		Бросок набивного мяча от груди	Комбинированный урок	Разучивание разминки с набивными мячами. Техника броска набивного мяча от груди. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
81		Бросок набивного мяча снизу	Комбинированный урок	Повторение разминки с набивными мячами, техники броска набивного мяча от груди. Разучивание	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу, как играть в подвижную игру «Вышибалы	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов</p>	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

				броска набивного мяча снизу. Проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	через сетку»	(познавательная инициативность). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные игры							
82		Подвижная игра «Точно в цель»	Комбинированный урок	Разучивание разминки с малыми мячами. Повторение техники броска набивного мяча от груди и снизу. Разучивание правил подвижной игры «Точно в цель»	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни
Гимнастика с элементами акробатики							
83		Тестирование вися на время	Контрольный урок	Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования вися на время. Повторение правил подвижной игры «Точно в цель»	Знать, как проводится тестирование вися на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку с малыми	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

						мячами, тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»	
84		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Разучивание правил подвижной игры «Собачки»	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
85		Тестирование подтягивания на низкой перекладине	Контрольный урок	Проведение разминки в движении, тестирования подтягивания на низкой перекладине. Разучивание подвижной игры «Лес, болото, озеро»	Знать, как проводится тестирование подтягивания на низкой перекладине, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
86		Тестирование подъема туловища за 30 с	Контрольный урок	Проведение разминки в движении, тестирования подъема туловища за 30 с. Повторение подвижной игры «Лес, болото, озеро»	Знать, как проводится тестирование подъема туловища за 30 с, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

						контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	
Легкая атлетика							
87		Тестирование прыжок в длину с места	Контрольный урок	Проведение беговой разминки, тестирования прыжка в длину с места Повторение подвижной игры «Собачки»	Знать, как проводится тестирование прыжков в длину, как играть в подвижную игру «Собачки»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
88		Техника метания на точность	Изучение нового материала	Проведение разминки с мешочками. Разучивание техники броска различных предметов	Знать, как выполняется метание различных предметов, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
89		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Проведение разминки с мешочками, тестирования метания малого мяча на точность. Повторение	Знать, как проводится тестирование метания малого мяча на точность, как играть в подвижную	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам

				подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	игру «Ловишка с мешочком на голове»	излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
90		Беговые упражнения	Комбинированный урок	Проведение разминки в движении. Разучивание различных беговых упражнений. Повторение подвижной игры «Колдунчики»	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдун-чики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
91		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный урок	Повторение разминки в движении. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Разучивание подвижной игры «Хвостики»	Знать, как сдаётся тестирование бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
92		Тестирование челночного бега	Контрольный урок	Проведение разминки в движении,	Знать, как сдаётся тестирование челночного бега 3х	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

		3 x 10 м		тестирования челночного бега 3x10 м. Разучивание подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	10 м. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3x10м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
93		Тестирование метания мешочка на дальность	Контрольный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирования метания мешочка на дальность. Повторение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как сдается тестирование метания мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные игры							
94		Подвижные игры для зала	Репродуктивный урок	Проведение разминки с игровым упражнением «Запрещенное движение», подвижных игр для зала и игрового упражнения на равновесие	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: уметь	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, 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

						выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала	
95		Командная подвижная игра «Хвостики»	Комбинированный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Разучивание правил командной подвижной игры «Хвостики». Повторение подвижной игры «Совушка»	Знать, что такое координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
96		Русская народная подвижная игра «Горелки»	Комбинированный урок	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Повторение правил подвижной игры «Горелки». Разучивание подвижной игры «Игра в птиц»	Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию само регуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях
97		Командные подвижные игры	Комбинированный урок	Проведение разминки в движении. Повторение правил подвижной игры «Хвостики». Разучивание подвижной игры	Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со-

				«День и ночь»		и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»	здавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
98		Подвижные игры с мячом	Комбинированный урок	Проведение разминки в движении. Повторение правил подвижных игр «Вышибалы», «Ловишка», разучивание игры «Игра в птиц с мячом»	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
99		Подвижные игры	Репродуктивный урок	Проведение разминки в виде подвижной игры «Салки», 3-4 подвижных игр по желанию учеников. Подведение итогов учебного года	Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги учебного года	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками

Поурочное планирование 2 класс

№	Дата	Тема урока	Тип урока	Решаемые проблемы (цели)	Планируемые результаты		
					Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД

Знания о физической культуре							
1		Организационно-методические указания	Изучение нового материала	Повторение построения в колонну и шеренгу. Ознакомление с организационно-методическими требованиями. проведение подвижных игр «Ловишка» и «Салки с домиками»	Дифференцировать понятия «шеренга» и «колонна», строиться в колонну в движении, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Находить необходимую информацию. Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств. доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
Легкая атлетика							
2		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный урок	Разучивание беговой разминки, тестирование бега на 30 м с высокого старта, проведение подвижной игры «Ловишка», разучивание подвижной игры «Салки - дай руку»	Выполнять беговую разминку. Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки - дай руку»	Познавательные: рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр «Ловишка», «Салки - дай руку» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств. доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям. самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
3		Техника челночного бега	Изучение нового материала	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение подвижной игры «Салки - дай руку»	Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки - дай руку»	Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки - дай руку» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
4		Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный урок	Повторение разминки в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Колдунчики»	Знать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Колдунчики»	Познавательные: рассказывать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м и правила подвижной игры «Колдунчики» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

						отношения.	отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности
5		Техника метания на дальность	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мешочками, повторение техники метания на дальность, повторение подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»	Знать технику метания на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	<p>Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции.</p> <p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки
6		Тестирование метания на дальность	Контрольный урок	Повторение разминки с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, проведение подвижной игры «Хвостики»	Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижной игры «Хвостики»	<p>Познавательные: рассказывать правила тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Хвостики»</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций
7		Техника прыжка в длину с места	Изучение нового материала	Разучивание разминки в движении, повторение понятий, обозначающих физические качества, разучивание техники прыжка в длину с места, разучивание подвижной игры «Флаг на башне»	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с места, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	<p>Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с места, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
Знания о физической культуре							

8	Физические качества	Изучение нового материала	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, знакомство с понятиями, обозначающими физические качества, повторение метания гимнастической палки ногой, проведение подвижной игры «Командные хвостики»	Называть физические качества, выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила подвижной игры «Командные хвостики»	<p>Познавательные: рассказывать о физических качествах и о технике выполнения метания гимнастической палки ногой, играть в подвижную игру «Командные хвостики»</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
9	Режим дня	Изучение нового материала	Знакомство с режимом дня. Разучивание разминки с мячами, повторение упражнений лазание, повторение подвижной игры «Кот и мыши»	Знать, что такое режим дня. Выполнять разминку с мячами, упражнения в лазание. Знать правила подвижной игры «Кот и мыши»	<p>Познавательные: рассказывать о режиме дня. Лазать под препятствие. Играть в подвижную игру «Кот и мыши»</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Сохранять заданную цель.</p> <p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
10	Частота сердечных сокращений и способы ее измерения	Изучение нового материала	Знакомство со способами измерения частоты сердечных сокращений, разучивание разминки с мячами, совершенствование техники ведения мяча, разучивание подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»	Знать, что такое частота сердечных сокращений и способы ее измерения, выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»	<p>Познавательные: рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кольцами»</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной

						недостающую информацию с помощью вопросов.	справедливости и свободе
Легкая атлетика							
11		Прыжок в длину с места на результат	Контрольный урок	Разучивание разминки в движении, повторение понятий, обозначающих физические качества, разучивание техники прыжка в длину с места, разучивание подвижной игры «Флаг на башне»	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с места, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с места, играть в подвижную игру «Флаг на башне» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
12		Прыжок в длину с разбега	Комбинированный урок	Проведение разминки в движении, проверка знаний о физических качествах, повторение техники прыжка в длину с разбега, повторение подвижной игры «Флаг на башне»	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
13		Прыжок в длину «тройным»	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, выполнение прыжка в длину «тройным», проведение подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	Выполнять прыжок в длину «тройным», знать правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	Познавательные: рассказывать о технике выполнения прыжка в длину «тройным», правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне» Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,

							формирование установки на безопасный образ жизни
14		Подвижные игры	Комбинированный урок	Повторение разминки в движении, совершенствование техники прыжка в длину с т, проведение подвижных игр по желанию учеников	Выполнять прыжок в длину с разбега, договариваться и выбирать подвижные игры для совместной игры	Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, выбирать подвижные игры и играть в них Регулятивные: использовать средства само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Коммуникативные: организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
15		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Разучивание разминки с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, разучивание подвижной игры «Бездомный заяц»	Выполнять разминку с малыми мячами, знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	Познавательные: рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
16		Техника прыжка в высоту с разбега	Изучение нового материала	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, прыжка в высоту с разбега, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, понимать технику прыжка в высоту с разбега, понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	Познавательные: выполнять прыжки в высоту с разбега, играть в подвижную игру «Волк во рву» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
Подвижные игры							
17		Подвижные игры	Комбинированный	Повторение разминки в движении, совершенствование	Выполнять прыжок в длину с разбега, договариваться	Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной

			урок	техники прыжка в длину с т, проведение подвижных игр по желанию учеников	и выбирать подвижные игры для совместной игры	Регулятивные: использовать средства само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Коммуникативные: организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение.	отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
18		Ведение мяча	Изучение нового материала	Повторение разминки с мячами, совершенствование техники ведения мяча, проведение подвижной игры «Ночная охота»	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»	Познавательные: выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота» Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни
19		Упражнения с мячом	Комбинированный урок	Знакомство с дневником самоконтроля, разучивание разминки с мячами в движении, выполнение упражнений с мячом, повторение подвижной игры «Ночная охота»	Знать, что такое дневник самоконтроля, выполнять разминку с мячами в движении, упражнения с мячом, знать правила подвижной игры «Ночная охота»	Познавательные: заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, играть в подвижную игру «Ночная охота» Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной
20		Подвижные игры	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячами в движении, повторение упражнений с мячом,	Выполнять разминку с мячами, упражнения с мячом, знать правила выбранных подвижных	Познавательные: выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков

				проведение 1-2 подвижных игр по желанию учеников	игр	Регулятивные: владеть средствами само регуляции эмоционального и функционального состояния. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, сотрудничать в ходе индивидуальной и групповой работы.	сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
21		Подвижная игра «Кот и мыши»	Изучение нового материала	Проведение разминки у гимнастической стенки, разучивание упражнений лазания, разучивание подвижной игры «Кот и мыши»	Выполнять разминку у гимнастической стенки, упражнения лазание, знать правила подвижной игры «Кот и мыши»	Познавательные: выполнять лазание, играть в подвижную игру «Кот и мыши» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
22		Ловля и броски малого мяча в парах	Изучение нового материала	Повторение разминки с малыми мячами, разучивание бросков и ловли малого мяча в парах, разучивание подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	Выполнять разминку с малыми мячами, знать, как выполняются броски и ловля малого мяча в парах, правила подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	Познавательные: повторить упражнения с малым мячом, как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кружочками» Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
23		Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячами в парах, совершенствование техники ловли и бросков мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не

						Коммуникативные: использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.	создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки
24		Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячами в парах, совершенствование техники ловли и бросков мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	Познавательные: выполнять упражнения с мячом в парах, играть в подвижную игру «Осада города» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять само регуляцию и рефлексию деятельности. Коммуникативные: сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки
Гимнастика с элементами акробатики							
25		Упражнения на координацию движений	Изучение нового материала	Разучивание разминки направленной на развитие координации движений. разучивание метания гимнастической палки ногой, проведение подвижной игры «Командные хвостики»	Выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, понимать правила подвижной игры «Командные хвостики»	Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения метания гимнастической палки ногой, правила подвижной игры «Командные хвостики» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла умения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
26		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Бездомный заяц»	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Бездомный заяц» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

						отношения.	нормах, социальной справедливости и свободе
27		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный урок	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование подъема туловища за 30 с, проведение подвижной игры «Вышибалы»	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования подъема туловища, правила подвижной игры «Вышибалы»	Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа, играть в подвижную игру «Вышибалы» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
28		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	Контрольный урок	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Вышибалы»	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Вышибалы»	Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Вышибалы» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
29		Тестирование виса на время	Контрольный урок	Разучивание разминки у гимнастической стенки, тестирование виса на время, разучивание подвижной игры «Ловля обезьян»	Выполнять разминку у гимнастической стенки, знать правила тестирования виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
30		Кувырок вперед	Изучение нового материала	Разучивание разминки на матах, повторение техники выполнения кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, правила подвижной игры «Удочка»	Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на

						продуктивной кооперации. Работать в группе.	безопасный и здоровый образ жизни
31		Кувырок вперед с трех шагов	Изучение нового материала	Повторение разминки на матах, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, разучивание техники выполнения кувырка вперед с трех шагов, проведение подвижной игры «Удочка»	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняются кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, правила проведения подвижной игры «Удочка»	<p>Познавательные: выполнять кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей
32		Кувырок вперед с разбега	Изучение нового материала	Разучивание разминки на матах с мячами, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение техники выполнения кувырка вперед с трех шагов, разучивание техники выполнения кувырка вперед с разбега	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега	<p>Познавательные: выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и кувырок вперед с разбега</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Коммуникативные: работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей и ценностей
33		Усложненные варианты выполнения кувырка вперед	Комбинированный урок	Повторение разминки на матах с мячами, повторение техники выполнения кувырка вперед как с места, так и с разбега, разучивание усложненных вариантов выполнения кувырка вперед	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, с разбега и усложненные варианты кувырка вперед	<p>Познавательные: выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега, усложненные варианты кувырка вперед</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

						<p>деятельности. Коммуникативные: работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	<p>социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>
34		Стойка на лопатках, мост	Изучение нового материала	<p>Разучивание разминки направленной на сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на лопатках и моста, повторение усложненных вариантов выполнения кувырка вперед, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»</p>	<p>Выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполняются усложненные варианты кувырка вперед, технику выполнения стойки на лопатках и моста, правила игры «Волшебные елочки»</p>	<p>Познавательные: выполнять усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установок на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>
35		Круговая тренировка	Комбинированный урок	<p>Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»</p>	<p>Знать, как сохранять правильную осанку, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»</p>	<p>Познавательные: выполнять круговую тренировку, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами само регуляции и рефлексии Коммуникативные: слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>
36		Стойка на голове	Комбинированный урок	<p>Разучивание разминки с гимнастической палкой, знакомство с первой помощью при травмах, повторение</p>	<p>Знать, какую первую помощь нужно оказать при мелких травмах, технику выполнения стойки на голове</p>	<p>Познавательные: оказывать первую помощь при легких травмах, выполнять стойку на голове Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>

				техники выполнения стойки на голове, проведение упражнений на внимание на матах		правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, и упражнениями на внимание.	обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
37		Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	Комбинированный урок	Повторение разминки с гимнастическими палками, контрольная проверка знаний о первой помощи при травмах, проведение лазанья и перелезания по гимнастической стенке, совершенствование техники выполнения стойки на голове, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать технику выполнения стойки на голове, как лазать и перелезать по гимнастической стенке, какую помощь оказывать при травмах, правила игры «Белочка-защитница»	Познавательные: оказывать первую помощь, выполнять стойку на голове, лазать и перелезать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
38		Различные виды перелезаний	Комбинированный урок	Разучивание разминки с массажными мячами, совершенствование техники выполнения стойки на голове, выполнение различных видов перелезаний, проведение подвижной игры «Удочка»	Знать технику выполнения стойки на голове, различные виды перелезаний, правила игры «Удочка»	Познавательные: выполнять стойку на голове, разные варианты перелезания, играть в подвижную игру «Удочка» Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Коммуникативные: находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
39		Вис «завесом» одной и двумя	Изучение	Повторение разминки с массажными мячами,	Знать, как подбирать правильный способ пере	Познавательные: выполнять вис «завесом» одной и двумя ногами,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

		ногами на перекладине	нового материала	повторение различных вариантов перелазаний, разучивание виса «завесом» одной и двумя ногами, проведение упражнения на внимание	лазания, как выполняется вис «завесом» одной и двумя ногами	перелезать различными способами Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
40		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Разучивание разминки со средними обручами, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Удочка»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
41		Прыжки в скакалку	Изучение нового материала	Разучивание разминки со скакалкой, повторение техники прыжков в скакалку, разучивание подвижной игры «Горячая линия»	Знать, как выполняются прыжки в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	Познавательные: выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
42		Прыжки на скакалке	Комби-	Повторение разминки	Знать, как выполняются	Познавательные: выполнять	Развитие мотивов учебной

		в движении	нированный урок	со скакалкой, совершенствование техники прыжков в скакалку, разучивание прыжков в скакалку в движении, повторение подвижной игры «Горячая линия»	прыжки в скакалку в движении, правила подвижной игры «Горячая линия»	прыжки в скакалку на месте и в движении, играть в подвижную игру «Горячая линия» Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
43		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, прохождение станций круговой тренировки, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами, проведение подвижной игры «Медведи и пчелы»	Знать, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами, правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Медведи и пчелы»	Познавательные: выполнять вис завесом одной и двумя ногами, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы» Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
44		Вис согнувшись, вис прогнувшись на перекладине	Изучение нового материала	Проведение разминки в движении, повторение техники выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись на перекладине, повторение подвижной игры «Медведи и пчелы»	Знать технику выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись на перекладине, правила подвижной игры «Медведи и пчелы»	Познавательные: выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись на перекладине, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы» Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
45		Перевороты на перекладине	Контрольный урок	Повторение разминки в движении, совершенствование техники выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись на перекладине, повторение переворотов назад и вперед	Знать технику выполнения виса согнувшись, виса прогнувшись, переворотов назад и вперед на перекладине, правила подвижной игры «Шмель»	Познавательные: выполнять вис согнувшись, вне прогнувшись, перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Шмель» Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Коммуникативные: эффективно	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

				на перекладине, проведение подвижной игры «Шмель»		сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	
46		Комбинация на гимнастической перекладине	Изучение нового материала	Разучивание разминки с обручами, разучивание комбинации на гимнастической перекладине, повторение техники вращения обруча, проведение подвижной игры «Шмель»	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Шмель»	Познавательные: выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Шмель» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Коммуникативные: представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
47		Вращение обруча	Комбинированный урок	Повторение разминки с обручами, повторение комбинации на перекладине, совершенствование техники вращения обруча, проведение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Познавательные: выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Коммуникативные: представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
48		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячами в движении, проведение круговой тренировки, проведение одной игры по желанию детей, подведение итогов четверти	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, как выбирать подвижную игру	Познавательные: лазать по гимнастической стенке, проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру Регулятивные: владеть средствами само регуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
Лыжная подготовка							
49		Ступающий и	Комби-	Знакомство с организационно-	Выполнять организационные	Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

		скользящий шаг на лыжах без палок	нированный урок	методическими требованиями, применяемыми на уроках, посвященных лыжной подготовке, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	требования на уроках, посвященных лыжной подготовке. готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок	скользящим и ступающим шагом на лыжах без палок Регулятивные: владеть средствами само регуляции, сохранять заданную цель. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
50		Повороты переступанием на лыжах без палок	Комбинированный урок	Проверка умения пристегивать крепления, совершенствование техники ступающего и скользящего шага, повторение техники поворота переступанием на лыжах без палок	Знать, как пристегивать крепления, как выполняются передвижение на лыжах без палок сгущающим и скользящим шагом, поворот переступанием на лыжах без палок	Познавательные: самостоятельно пристегивать лыжные крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах переступанием без палок Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
51		Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками	Комбинированный урок	Проверка умения пристегивать крепления, совершенствование техники ступающего и скользящего шага, повторение техники поворота переступанием на лыжах без палок	Знать, как пристегивать крепления, как выполняются передвижение на лыжах без палок сгущающим и скользящим шагом, поворот переступанием на лыжах без палок	Познавательные: самостоятельно пристегивать лыжные крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах переступанием без палок Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
52		Ступающий и скользящий шаг на	Изучение нового	Повторение техники работы рук с лыжными палками,	Знать, как работают руки с лыжными палками, как	Познавательные: пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

		лыжах с палками	материала	совершенствование техники ходьбы ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок, повторение техники ходьбы ступающим и скользящим шагом на лыжах с палками	передвигаться ступающим и скользящим шагом как с лыжными палками, так и без них	шагом как без лыжных палок, так и с ними Регулятивные: сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
53		Торможение падением на лыжах с палками	Изучение нового материала	Совершенствование техники передвижения на лыжах с палками и без. повторение техники торможения падением, разучивание подвижной игры «Салки на снегу»	Знать, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом, как выполнять торможение падением, правила подвижной игры «Салки на снегу»	Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, тормозить падением, играть в подвижную игру «Салки на снегу» Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
54		Прохождение дистанции 1 км на лыжах	Контрольный урок	Совершенствование техники передвижения на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах, повторение подвижной игры «Салки на снегу»	Знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»	Познавательные: проходить дистанцию 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу» Регулятивные: самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
55		Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон	Комбинированный урок	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение техники поворотов на лыжах с палками, разучивание техники обгона на лыжах	Знать, как выполняются обгон на лыжах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах	Познавательные: выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Коммуникативные: работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
56		Подъем на склон «полуелочкой» и спуск на лыжах	Изучение нового материала	Совершенствование техники выполнения лыжных ходов, повторение техники подъема	Знать, как выполняются подъем на склон «полуелочкой» и спуск со склона в основной стойке	Познавательные: спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полуелочкой» Регулятивные: видеть указанную	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли

				«полуелочкой», повторение техники спуска под уклон в основной стойке		ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга.	обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
57		Подъем на склон «елочкой»	Изучение нового материала	Совершенствование техники выполнения лыжных ходов, повторение техники подъема на склон «полуелочкой», разучивание техники подъема на склон «елочкой», повторение техники спуска со склона в основной стойке.	Знать, как выполняются подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке.	Познавательные: выполнять подъем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни.
58		Передвижение на лыжах змейкой	Изучение нового материала	Совершенствование техники передвижения на лыжах различными ходами, повторение передвижения на лыжах змейкой, повторение подъема на склон «елочкой», совершенствование техники спуска со склона в основной стойке.	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, как выполняются подъем на склон «елочкой» и спуск в основной стойке.	Познавательные: передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на склон «елочкой» и спускаться в основной стойке Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
59		Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Комбинированный урок	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения на лыжах змейкой, разучивание подвижной игры на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	Познавательные: передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты» Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
60		Прохождение дистанции 1,5 км	Комбинированный	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание со	Знать, как проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, как кататься на	Познавательные: проходить дистанцию 1,5 км на лыжах Регулятивные: самостоятельно	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

		на лыжах	урок	склона в основной стойке, свободное катание	лыжах со склона и по лыжне	формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.	отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
61		Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный урок	Повторение ранее изученных лыжных ходов, повторение поворотов переступанием на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах змейкой, повторение техники подъема на склон «полу елочкой», «елочкой» и спуска в основной стойке.	Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон «полу елочкой» и «елочкой» и спускаться со склона в основной стойке.	Познавательные: передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон «полу елочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
Подвижные игры							
62		Подвижная игра «Белочка-защитница»	Комбинированный урок	Повторение разминки с обручами, совершенствование техники лазанья по гимнастической стенке, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по гимнастической стенке, правила игры «Белочка-защитница»	Познавательные: лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Коммуникативные: слушать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
63		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Разучивание разминки с обручами, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Вышибалы»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Вышибалы»	Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Вышибалы» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

64		Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный урок	Разучивание разминки в парах, повторение бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками».	Знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками».	<p>Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
65		Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Изучение нового материала	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», повторение подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<p>Познавательные: выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
66		Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячом, повторение техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», разучивание техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», повторение подвижной игры «Вышибалы».	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», играть в подвижную игру «Вышибалы»</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности.

67		Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Изучение нового материала	Повторение разминки с мячом, повторение техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», разучивание техники ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, повторение подвижной игры «Охотники и утки»	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила Подвижной игры «Охотники и утки»	Познавательные: выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки» Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми
68		Эстафеты с мячом	Изучение нового материала	Разучивание разминки в движении с мячом. совершенствование техники ведения мяча, знакомство с различными вариантами эстафет, повторение подвижной игры «Охотники и утки»	Знать, как проводятся эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча, правила подвижной игры «Охотники и утки»	Познавательные: участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки» Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение сохранять заданную цель. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
69		Упражнения и подвижные игры с мячом	Изучение нового материала	Повторение разминки с мячом в движении, разучивание новых вариантов эстафет с мячом, проведение подвижной игры «Охотники и зайцы»	Знать, как участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»	Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы» Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
70		Знакомство с прыжками на	Изучение нового	Разучивание разминки с резиновыми мячами.	Знать, что такое мячи - хопы. как на них прыгать, правила игры	Познавательные: прыгать на мячах, играть в подвижную игру «Ловишка на мячах»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

		мячах	материала	Знакомство с прыжками на мячах, разучивание подвижной игры «Ловишка на мячах»	«Ловишка на мячах»	Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни
71		Прыжки на мячах	Комбинированный урок	Повторение разминки с резиновыми мячами. Повторение техники прыжков на мячах, повторение подвижной игры «Ловишка на мячах»	Знать, как выполняются прыжки на мячах, правила игры «Ловишка на мячах»	Познавательные: прыгать на мячах, играть в подвижную игру «Ловишка на мячах» Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Коммуникативные: владеть навыками речевого отображения (описание, объяснение), слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни.
72		Круговая тренировка	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности.
73		Подвижные игры	Комбинированный урок	Проведение разминки с мячом, совершенствование техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», проведение 2-3 подвижных игр по желанию учеников	Знать технику бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», как выбирать подвижные игры и играть в них	Познавательные: выполнять броски в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», выбирать подвижные игры и играть в них Регулятивные: владеть средствами само регуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

						продуктивной кооперации. Организовывать и осуществлять совместную деятельность.	
74		Броски мяча через волейбольную сетку	Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Забросай противника мячами»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, умение сохранять заданную цель. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты.
75		Броски мяча через волейбольную сетку на точность	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячами, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку на точность, разучивание подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»	Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель» Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям.
76		Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
77		Подвижная игра	Комбинированный урок	Повторение	Знать, как выполняются	Познавательные: выполнять	Развитие этических чувств,

		«Вышибалы через сетку»	ный урок	разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	броски мяча через сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
78		Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку	Контрольный урок	Разучивание разминки с мячом, проведение контрольных бросков мяча через сетку на дальность и точность, повторение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Знать, как проходит контрольный урок по броскам мяча через сетку на дальность и точность, правила игры «Вышибалы через сетку»	Познавательные: выполнять контрольные броски на дальность и точность, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
79		Подвижные игры для зала	Контрольный урок	Разучивание разминки с гимнастическими палками, прием тестов и контрольных упражнений у тех, кто их пропустил, проведение 2-3 игр по желанию учеников	Знать различные подвижные игры, правила сдачи тестов и контрольных упражнений	Познавательные: выбирать подвижные игры, учитывая интересы одноклассников, проходить тестирование Регулятивные: владеть средствами само регуляции, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, обосновывать свою точку зрения, уважать иное мнение.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
Легкая атлетика							
80		Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»	Комбинированный урок	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча от	Знать, как выполняются броски набивного мяча от груди и «снизу», правила игры «Точно в цель»	Познавательные: бросать набивной мяч от груди и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель» Регулятивные: самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли

				груди и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»		формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
81		Бросок набивного мяча из-за головы на дальность	Изучение нового материала	Повторение разминки с набивным мячом, совершенствование техники бросков набивного мяча от груди и «снизу», разучивание техники броска набивного мяча из-за головы, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику броска набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель»	Познавательные: бросать набивной мяч от груди, «снизу», из-за головы, играть в подвижную игру «Точно в цель» Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять цель. Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

Гимнастика с элементами акробатики

82		Тестирование виса на время	Контрольный урок	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование виса на время, проведение нового варианта подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования виса на время, правила подвижной игры «Точно в цель»	Познавательные: выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель» Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
83		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Разучивание разминки направленной на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Точно в цель»	Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Точно в цель». Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками

						свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	
84		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный урок	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, разучивание подвижной игры «Земля, вода, воздух»	Знать правила тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	<p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъект деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
Легкая атлетика							
85		Преодоление полосы препятствий	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, преодоление полосы препятствий, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать, как проходить полосу препятствий, правила игры «Удочка»	<p>Познавательные: проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»</p> <p>Регулятивные: владеть средствами само регуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
86		Усложненная полоса препятствий	Комбинированный урок	Проведение разминки в движении, преодоление усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	Знать, как проходить усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<p>Познавательные: проходить усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»</p> <p>Регулятивные: Владеть средствами само регуляции. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
87		Прыжок в высоту с прямого разбега	Изучение нового	Разучивание разминки с гимнастическими	Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега,	<p>Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

			материала	скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	прыгуны» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
88		Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	Контрольный урок	Повторение разминки с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту с прямого разбега на результат, повторение подвижной игры «Бегуны и прыгуны».	Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега на результат, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	Познавательные: выполнять прыжки в высоту с прямого разбега на результат, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
89		Прыжок в высоту спиной вперед	Комбинированный урок	Разучивание разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега, разучивание подвижной игры «Салки - дай руку»	Знать, как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки - дай руку»	Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Салки - дай руку» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъект деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
90		Контрольный урок по прыжкам в высоту	Контрольный урок	Повторение разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками,	Знать технику выполнения прыжка в высот спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной	Познавательные: выполнять прыжок в высоту спиной вперед с прямого разбега, играть в подвижную игру «Салки - дай руку» Регулятивные: владеть средствами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за

				совершенствование техники прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, повторение подвижной игры «Салки - дай руку»	игры «Салки - дай руку»	само регуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе, формирование установок на безопасный образ жизни.
91		Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, проведение подвижной игры «Собачки» низкой перекладине из вися лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Собачки»	Знать правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Собачки» согнувшись, правила подвижной игры «Собачки»	Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Собачки» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества.
92		Техника метания на точность (разные предметы)	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мешочками, повторение различных вариантов метания и бросков на точность, проведение подвижной игры «Земля, вода, воздух»	Знать, как выполнять различные варианты метания и бросков на точность, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	Познавательные: правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точность, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух» Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами само регуляции и рефлексии деятельности. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
93		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Повторение разминки с мешочками, тестирование метания малого мяча на точность, проведение подвижной игры «Ловишка с	Знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о

				мешочком на голове»		взрослого и сверстника. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
94		Беговые упражнения	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений, повторение подвижных игр «Колдунчики» и «Совушка»	Знать, какими бывают беговые упражнения, правила подвижных игр «Колдунчикн» и «Совушка»	Познавательные: выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчикн» и «Совушка» Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, работать в группе.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
95		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный урок	Повторение разминки в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Хвостики»	Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Хвостики»	Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Хвостики» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъект деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
96		Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный урок	Разучивание разминки в движении, тестирование челночного бега 3x10м. Повторение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими нормами родного языка.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установок на безопасный образ жизни.
97		Тестирование	Контрольный	Повторение	Знать правила	Познавательные: проходить	Развитие этических чувств,

		метания мешочка (мяча) на дальность	урок	разминки в движении, тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, повторение подвижной игры «Хвостики»	тестирования метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Хвостики»	тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Хвостики» Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
98		Бег на 1000 м	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, проведение бега на 1000 м, повторение подвижной игры «Воробьи - вороны»	Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без отдыха, правила подвижной игры «Воробьи - вороны»	Познавательные: пробегать 1000 м без отдыха, играть в подвижную игру «Воробьи - вороны» Регулятивные: осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни.
Подвижные игры							
99		Подвижная игра «Хвостики»	Комбинированный урок	Разучивание беговой разминки, разучивание различных вариантов подвижной игры «Хвостики», повторение игры малой подвижности «Совушка»	Знать варианты подвижной игры «Хвостики», правила подвижной игры «Совушка»	Познавательные: играть в различные варианты подвижной игры «Хвостики», в игру малой подвижности «Совушка» Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, владеть средствами само регуляции. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
100		Подвижная игра «Воробьи – вороны»	Комбинированный урок	Разучивание разминки на месте, разучивание подвижной игры	Знать правила подвижных игр «Воробьи — вороны» и «Хвостики»	Познавательные: играть в подвижные игры «Хвостики» и «Воробьи - вороны» Регулятивные: самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение

				«Воробьи - вороны», повторение подвижной игры «Хвостики»		формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
101		Подвижные игры с мячом	Комбинированный урок	Проведение разминки с помощью учеников, проведение 2-3 подвижных игр с мячом по желанию учеников, прием тестов у должников	Знать упражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тестирования	Познавательные: подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры с мячом, проходить тестирование Регулятивные: владеть средствами само регуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
102		Подвижные игры	Итоговый урок	Проведение разминки с помощью учеников, проведение 2-3 подвижных игр с мячом по желанию учеников, прием тестов у должников	Знать упражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тестирования	Познавательные: подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры с мячом, проходить тестирование Регулятивные: владеть средствами само регуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

Поурочное планирование 3 класс

№	Дата	Тема урока	Тип урока	Решаемые проблемы (цели)	Планируемые результаты		
					Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД

Знания о физической культуре							
1		Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Комбинированный	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<p>Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Легкая атлетика							
2		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижных игр	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки - дай руку»	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

						цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки - дай руку»	нормах, социальной справедливости и свободе
3	Техника челночного бега	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение подвижной игры «Колдунчики»	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный	Повторение разминки в движении, проведение бега 3 x 10 м, тестирование правил подвижной игры бега 3x10 м, «Собачки	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Собачки	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	

				разучивание подвижной игры «Собачки ногами»	ногами»	помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x10м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
5	Способы метания мяча на дальность	Комбинированный	Разучивание беговой разминки, знакомство с техникой метания мяча на дальность различными способами, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, какие способы метания мяча на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»		Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
6	Тестирование метания мяча на дальность	Контрольный	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мяча на дальность,	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной		Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,

				повторение подвижной игры «Собачки ногами»	игры «Собачки ногами»	<p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
7	Прыжок в длину с разбега	Комбинированный	Разучивание разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с разбега, повторение спортивной игры	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру.</p>	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
8	Прыжки в длину с разбега на результат	Комбинированный	Повторение разминки на месте, выполнение прыжков в длину с разбега на результат, повторение подвижной игры	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	

							обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
9	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Контрольный	Разучивание разминки в движении по кругу, контрольное выполнение прыжков в длину с разбега, повторение спортивной игры.	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры.	сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»		Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками
10	Тестирование метания малого	Контрольный	Разучивание разминки с малым мячом, проведение	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру.		Развитие этических чувств, доброжелательности и

						слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы».	эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
1 1	Тестирование прыжка в длину с места	Контроль ный	Разучивание прыжковой разминки, проведение тестирования прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
1 2	Прыжок в высоту с разбега	Комбинированный	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и	

			прыжка в высоту с разбега, проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	игры «Вышибалы с кеглями»	задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
1 3	Прыжок в высоту с разбега на результат	Комбинированный	Повторение разминки со скамейками, проведение прыжков в высоту с разбега на результат, повторение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
1 4	Прыжок в высоту с разбега на результат	Контрольный	Разучивание разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками. Прыжок в высоту с разбега,	Знать, как прыгать в высоту с разбега, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности

				совершенство техники прыжка в высоту с разбега, разучивание подвижной игры «Штурм».		Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе.
1 5	Полоса препят- ствий	Комбини- рован- ный	Разучивание разминки в движении, преодоление полосы препятствий, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удоч- ка»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотруд- ничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости	
1 6	Усложнен- ная полоса препят- ствий	Комбини- рован- ный	Проведение разминки в движении, преодоление усложненно й полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	Знать, как преодолевать усложненну ю полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических	

					виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
Подвижные игры						
1 7	Спортивная игра «Футбол»	Репродуктивный	Повторение разминки в движении и различных вариантов паса мяча ногой, проведение спортивной игры «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой линии.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.
1 8	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	Контрольный	Повторение разминки в движении по кругу, повторение правил спортивной игры «Футбол», контрольное выполнение бросков мяча из-за боковой (аут),	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой линии.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.

				контрольная игра в футбол.		играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам.	
1 9		Подвижная игра «Перестрелка»	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами, повторение бросков и ловли мяча, разучивание подвижной игры «Перестрелка».	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
2 0		Футбольные упражнения	Комбинированный	Повторение разминки с мячом, разучивание футбольных упражнений, повторение подвижной игры «Перестрелка»	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять футболь-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных

					ные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	ситуациях
Гимнастика с элементами акробатики						
2 1	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, разучивание подвижной игры «Белые медведи»	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
2 2	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования по подъему туловища из положения лежа за 30с, повторение подвижной игры «Белые медведи»	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

						из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	
2 3	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Контрольный	Повторение прыжковой разминки, проведение тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила игры «Волк во рву»	<p>Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
2 4	Тестирование виса на время	Контрольный	Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время, повторение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<p>Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование виса</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости	

						на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом».	и свободе.
Знания о физической культуре							
2 5		Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Комбинированный	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Гимнастика с элементами акробатики							
2 6		Кувырок вперед	Комбинированный	Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и

							личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
2 7	Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Комбинированный	Повторение разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с разбега, разучивание кувырка вперед через препятствие	Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие.		Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
2 8	Варианты выполнения кувырка вперед	Комбинированный	Разучивание разминки на матах, разучивание различных вариантов	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют,	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять		Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения,

				выполнения кувырка вперед, проведение игрового упражнения на внимание	какие бывают игровые упражнения на внимание	конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
2 9	Кувырок назад	Комбинированный	Повторение разминки на матах, разучивание кувырка назад, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	
3 0	Кувырки	Комбинированный	Разучивание разминки с массажным	Знать технику кувырка	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и	Развитие мотивов учебной деятельности и	

				мячом («ежиком»), совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение техники выполнения кувырка назад, разучивание подвижной игры «Мяч в туннеле»	вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3 1	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки с массажным мячом, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	
3 2	Стойка на голове	Комбинирован-	Разучивание разминки с	Знать, как выполнять	Коммуникативные : эффективно	Развитие мотивов учебной	

			НЬИ	гимнастическими палками, повторение техники выполнения стойки на голове, разучивание подвижной игры «Парашютисты»	стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3 3	Стойка на руках	Комбинированный	Повторение разминки с гимнастическими палками, совершенствование техники выполнения стойки на голове, разучивание техники выполнения стойки на руках, повторение подвижной игры «Парашютисты»	Знать технику стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	
3 4	Круговая тренировка	Комбинированный	Разучивание разминки, направленной на	Знать, как выполнять стойку на голове и ру-	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в	Развитие самостоятельности и личной ответственности	

			сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на голове и на руках, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»	ках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
3 5	Вис завесом одной и двумя но- гами на переклади- не	Комбини- рован- ный	Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, совершенствование техники лазанья и пере лазания на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, на гимнастической стенке, повторение техники вися завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-	Знать, как выполнять лазанье и пере лазание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.

3 6	Лазанье и пере лазание по гимнастической стенке	Комбинированный	защитница». Разучивание разминки у гимнастической стенки, проведение различных вариантов лазанья и пере лазания по гимнастической стенке, совершенствование техники виса за весом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать, какие варианты лазанья и пере лазания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис за весом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница».	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: лазать и перелезть по гимнастической стенке, висеть за весом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3 7	Прыжки в скакалку	Комбинированный	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжков в скакалку, проведение подвижной игры «Горячая линия»	Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических

							потребностей, ценностей и чувств.
3 8	Прыжки в скакалку в тройках	Комбинированный	Повторение разминки со скакалками, повторение прыжков в скакалку, разучивание прыжков в скакалку в тройках, повторение подвижной игры «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки в скакалку и прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	
3 9	Лазанье по гимнастической стенке	Комбинированный	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжка в скакалку в тройках, разучивание техники лазанья по гимнастической стенке, разучивание подвижной игры «Будь осторожен»	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по гимнастической стенке, правила подвижной игры «Будь осторожен»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических	

						прыгать в скакалку в тройках, лазать гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	потребностей, ценностей и чувств.
4 0	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки со скакалками, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Будь осторожен»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь осторожен»		<p>Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
4 1	Упражнения на гимнастической скамейке	Комбинированный	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, повторение техники прыжков в скакалку в движении,	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастической скамейке, правила		<p>Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических

				разучивание упражнений на гимнастической скамейке, проведение подвижной игры «Шмель»	подвижной игры «Шмель»	уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на скамейке, играть подвижную игру «Шмель»	потребностей, ценностей и чувств.
4 2	Упражнения на перекладине	Комбинированный	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, повторение упражнений на гимнастической скамейке, повторение упражнений на перекладине, проведение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как выполнять упражнения на перекладине и гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастической скамейке и лестнице, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	
4 3	Круговая тренировка	Репродуктивный	Разучивание разминки в движении, повторение комбинаций на перекладине, повторение упражнений на гимнастической скамейке, как	Знать комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять упражнения на гимнастической скамейке, как	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: владеть средствами само регуляции. Познавательные: выполнять комбинацию на перекладине и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	

				кой скамейке, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Салки с домиками»	проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки с домиками»	упражнения на скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»	на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
4 4	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	Комбинированный	Повторение разминки в движении, разучивание вариантов лазанья по наклонной гимнастической скамейке, повторение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные : представлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в подвижную игру «Белочка - защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
4 5	Варианты вращения обруча	Комбинированный	Разучивание разминки с обручами в движении, повторение техники лазанья по наклонной гим-	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, варианты вращения обруча,	Коммуникативные : работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной	

				настической скамейке, повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
4 6	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки с обручами в движении, проведение круговой тренировки, проведение 1 - 2 игр по желанию учеников	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	Коммуникативные : уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
4 7	Тестирование сгибание разгибание рук в упоре лежа	Контрольный	Повторение прыжковой разминки, проведение тестирования сгибание разгибание рук, в упоре	Знать, как проходит тестирование сгибание разгибание рук, в упоре лежа, правила игры «Волк во	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельнос	

				лежа, повторение подвижной игры «Волк во рву»	рву»	формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование сгибание разгибание рук, в упоре лежа, играть в подвижную игру «Волк во рву»	ти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
4 8	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки с обручами в движении, проведение круговой тренировки, проведение 1 - 2 игр по желанию учеников	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы		Коммуникативные : уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
Знания о физической культуре							
4 9	Закаливание	Комбинированный	Знакомство с закаливанием, разучивание разминки с мячом, повторение упражнений	Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать,		Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение

				с двумя мячами в парах, разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	правила подвижной игры «Подвижная цель»	коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
Лыжная подготовка							
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Комбинированный	Повторение организационно-методических требований, применяемых на уроках лыжной подготовки, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без лыжных палок	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок.	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно - методических требованиях, применяемых на	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

					уроках лыжной подготовки. Передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом.	
5 1	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Комбинированный	Проверка умения пристегивать крепления, совершенствование техники передвижения ступающим и скользящим шагом без лыжных палок, повторение техники передвижения скользящим и ступающим шагом на лыжах с лыжными палками	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
5 2	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Комбинированный	Повторение поворота на лыжах переступанием, разучивание поворота на лыжах прыжком, повторение известных лыжных ходов	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

						<p>лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами</p>	<p>социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>
5 3	<p>Попеременный двухшажный ход на лыжах</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>Повторение поворотов на лыжах переступанием и прыжком, разучивание попеременно го двухшажного хода на лыжах, повторение ранее изученных лыжных ходов</p>	<p>Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	<p>Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	
5 4	<p>Одновременный двухшажный ход на лыжах</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>Повторение попеременно го двухшажного хода на лыжах, разучивание одновременного двухшажного хода на лыжах, прохождение дистанции 1 км</p>	<p>Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км</p>	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные:</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательн</p>	

			км на лыжах		Передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	ости и эмоционально-нравственной отзывчивости
5 5	Подъем «полу елочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Репродуктивный	Совершенство техники выполнения изученных лыжных ходов, повторение подъема «полу елочкой» и «елочкой» на лыжах, повторение спуска в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полу елочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полу елочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
5 6	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах	Комбинированный	Повторение подъема на склон «елочкой» и «полу елочкой» на лыжах, разучивание подъема на склон «лесенкой», разучивание торможения «плугом»	Знать технику подъема на склон «елочкой», «полу елочкой», «лесенкой», технику торможения «плугом»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: подниматься на склон «елочкой»,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной

						справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
5 7	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах «змейкой», повторение спуска на лыжах «змейкой», совершенствование техники подъема на склон и спуска со склона на лыжах	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
5 8	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения на лыжах «змейкой», проведение подвижной	Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», подвижной игры на лыжах «Накаты»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений 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
5 9	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	Комбинированный	Разучивание техники спуска в приседе, повторение подвижной игры на лыжах «Накаты», совершенствование техники передвижения на лыжах	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах, правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные : спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
6 0	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Комбинированный	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, проведение катания со склона в	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах,	Коммуникативные : устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. Регулятивные :	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	

				низкой стойке, проведение свободного катания	технику спуска со склона в низкой стойке	самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке	отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
6 1	Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный	Повторение ранее изученных лыжных ходов, повторение поворотов переступанием и прыжком на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах «змейкой», повторение техники подъема на склон «лесенкой» и спуска в низкой стойке	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, как поворачиваться на лыжах переступай и ем и прыжками, как передвигаться на лыжах «змейкой», как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в низкой стойке	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Спортивные и подвижные игры							
6 2	Футбольные упражнения	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячами в парах,	Знать, как выполнять футбольные упражнения	Коммуникативные : управлять поведением партнера (контроль,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	

		я в парах	а	разучивание футбольных упражнений в парах, разучивание подвижной игры «Пустое место»	в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	коррекция, умение убеждать), добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футболь- ные упражнения в парах, играть в по- движную и игру «Пустое место».	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
6 3		Различные варианты футболь- ных упражнений в парах	Репродук- тивный	Повторение разминки с мячами в парах, проведение футбольных упражнений в парах, повторение подвижной игры «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	Коммуникативные : управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футболь- ные упражнения в парах, играть в по- движную игру «Пустое место»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
6 4		Подвижная игра «Осада	Комбини- рованный	Разучивание разминки с мячом в парах,	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, добывать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

		города»	повторение техники бросков и ловли мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	парах, правила подвижной игры «Осада города»	недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную и игру «Осада города»	личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
6 5		Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный Повторение разминки с мячом в парах, разучивание упражнений с двумя мячами в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
6		Прыжки на Комбини-	Разучиван	Знать	Коммуникативн	Развитие

6	мячах	рованный	ие разминки в парах с мячами, совершенствование техники прыжков на мячах, проведение подвижной игры «Ловишки на мячах»	технику прыжков на мячах, правила подвижной игры «Ловишки на мячах»	<p>ые: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: прыгать на мячах, играть в подвижную игру «Ловишки на мячах»</p>	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
6 7	Броски мяча через волейбольную сетку	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях
6	Подвижная	Комбини	Повторение	Знать, какие	Коммуникативные	Развитие мотивов

8	игра «Пионербол»	- рованный	разминки с мячами, разучивание подвижной игры «Пионербол», совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку	варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
6 9	Волейбол как вид спорта	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами в парах, знакомство с волейболом как видом спорта, разучивание волейбольных упражнений в парах, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
7 0	Подготовка к волейболу	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах,	Знать, какими бывают волей-	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

			разучивание волейбольных упражнений, выполняемых через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	больные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
7 1	Волейбол	Комбинированный	Разминки с мячами в парах, разучивание волейбольных упражнений, выполняемых через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
7 2	Волейбол	Комбинированный	Разминки с мячами в парах, разучивание волейбольных упражнений, выполняемых	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение

				х через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	игры «Пионербол»	само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
7 3	Контрольный урок по волейболу	Контрольный	Разучивание разминки с мячом в движении, контрольная проверка знаний и умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
7 4	Эстафеты с мячом	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах, проведение эстафет с мя-	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	

			чом, проведение подвижных игр с мячами	подвижных игр с мячами	Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
7 5	Эстафеты с мячом	Комбини- - рованные	Повторение разминки с мячами в парах, проведение эстафет с мя- чом, проведение подвижных игр с мячами	Знать различ- ные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
7 6	Подвижная игра «Пио- нербол»	Комбини- - рованные	Повторение разминки с мячами, разучивание подвижной игры «Пионербол », совершенство- вание техники бросков мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать кон- фликты и

						находить выходы из спорных ситуаций				
7 7	Эстафеты с мячом	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах, проведение эстафет с мячом, проведение подвижных игр с мячами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Изучение нового материала Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Познавательные: выполнять броски мяча <u>через</u> волейбольную сетку <u>на</u> дальность, играть в подвижную игру «Точно в <u>цель</u> » Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: устанавливать рабочие <u>отношения</u> , эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.
7 8	Подвижные игры	Комбинированный	Разучивание беговой разминки, проведение 2-3 подвижных игр, подведение итогов четверти	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях				
Знания о физической культуре										
7 9	Организационно-методические требования	Комбинированный	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями	Знать, какие организационно-методические требования применяются	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,				

		ия на уроках физической культуры		ими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Легкая атлетика							
80		Полоса препятствий	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, прохождение полосы препятствий, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
8		Усложнен-	Комбини	Проведение разминки	Знать, как преодолевать	Коммуникативные : добывать	Развитие мотивов учебной

1		ная полоса препятствий	- рованный	в движении, прохождение усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
Гимнастика с элементами акробатики							
8 2		Тестирование вися на время	Контрольный	Разучивание разминки с мячом в движении, проведение тестирования вися на время, разучивание подвижной игры «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование вися на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
8 3		Тестирование наклона вперед	Контрольный	Повторение разминки с мячом в движении,	Знать, как проходит тестирование наклона	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с	Развитие этических чувств, доброжелательн

						согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»	
8 5	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Повторение разминки, направленно й на развитие координации движений, проведение тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, проведение спортивной игры «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол»		<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

Легкая атлетика

8 6	Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный	Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирования прыжка в длину с места, разучивание спортивной игры	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»		<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
--------	-------------------------------------	-------------	--	--	--	---	--

				«Гандбол»		тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	
8 7	Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный	Повторение разминки с мячом на месте и в движении, проведение тестирования по метанию малого мяча на точность, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»		<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
8 8	Беговые упражнения	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений, повторение подвижной игры «Колдунчики», разучивание подвижной игры «Вызов»	Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»		<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и

					информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	эмоционально-нравственной отзывчивости
8 9	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный	Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Командные хвостики»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9 0	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м, проведение подвижной игры «Бросай далеко,	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

					адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3х10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
9 1	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	Комбинированный	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди» и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9 2	Броски набивного мяча правой и левой рукой	Комбинированный	Повторение разминки с набивным мячом, повторение техники броска	Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и

			набивного мяча из-за головы, разучивание техники броска набивного мяча правой и левой рукой, повторение подвижной игры «Точно в цель»	рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9 3	Тестирование метания мяча на дальность	Контрольный	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мяча на дальность, разучивание подвижной игры «Круговая охота»	Знать, как проходит тестирование метания мяча на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9 4	Бег на 400 м	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на подготовку	Знать, как проходит тестирование бега на 400 м, пра-	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои	Развитие этических чувств, доброжелательности и

				к бегу, проведение бега на 400 м, повторение спортивной игры «Футбол»	вила спортивной игры «Футбол»	мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистанцию 400 м, играть в спортивную игру «Футбол»	эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9 5	Бег на 1000 м	Контроль ный	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Спортивные и подвижные игры							
9 6	Знакомство с баскетболом	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячом на месте и в движении, повторение	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетболе и кольцо	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	

			бросков мяча в баскетбольное кольцо, знакомство со спортивной игрой «Баскетбол»	существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
9 7	Спортивная игра «Баскетбол»	Комбинированный	Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольные кольца, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
9 8	Баскетбол	Комбинированный	Разминки в движении с мячом, совершенствование техники бросков мяча в	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,

				баскетбольные кольца, проведение спортивной игры «Баскетбол»	игры «Баскетбол»	<p>Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол</p>	умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
9 9	Спортивная игра «Футбол»	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение спортивной игры «Футбол»	Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами»</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
10 0	Подвижная игра «Флаг на башне»	Репродуктивный	Повторение разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение подвижной игры «Флаг	Знать, как выбирать и играть в подвижные спортивные игры, как подводить итоги года	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками	

				на башне»		познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
10 1	Спортивные игры	Репродуктивный	Проведение беговой разминки, проведение спортивных игр, проведение подвижных игр по желанию учеников, разучивание подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Знать правила подвижной игры «Собачки ногами» и спортивной игры «Футбол»		Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: играть в подвижную игру «Собачки ногами» и спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
10 2	Подвижные и спортивные игры	Репродуктивный	Проведение беговой разминки, проведение подвижных и спортивных игр, проведение подвижных игр по желанию учеников, подведение итогов года	Знать правила подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами»		Коммуникативные: слушать и слышать друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. Познавательные: играть в подвижные	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

						игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	
--	--	--	--	--	--	---	--

Поурочное планирование 4 класс

№	Дата	Тема урока	Тип урока	Решаемые проблемы (цели)	Планируемые результаты		
					Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Знания о физической культуре							
1		Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Комбинированный	<p>Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»</p>	<p>Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>
Легкая атлетика							
2		Тестирование бега на	Контрольный	Разучивание беговой разминки	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью	Развитие этических чувств, доброжелательн

					выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки - дай руку»	ости и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
3	Техника челночного бега	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение подвижно	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,

			й игры «Колдунчики»			социальной справедливости и свободе
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный	Повторение разминки в движении, проведение тестирования челночного бега 3x10м, разучивание подвижной игры «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x10м, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x10м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
5	Способы метания мяча на дальность	Комбинированный	Разучивание беговой разминки, знакомство с техникой метания мяча на дальность различными способами, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, какие способы метания мяча существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p>Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

						нормах, социальной справедливости и свободе.
6	Тестирование метания мяча на дальность	Контрольный	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мяча на дальность, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
7	Прыжок в длину с разбега	Комбинированный	Разучивание разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с разбега, повторение спортивной игры	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в</p>	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

					спортивную игру.	
8	Прыжки в длину с разбега на результат	Комбинированный	Повторение разминки на месте, выполнение прыжков в длину с разбега на результат, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
9	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Контрольный	Разучивание разминки в движении по кругу, контрольное выполнение прыжков в длину с разбега, повторение спортивной игры.	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры.	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками

					цели, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру.	
1 0	Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный	Разучивание разминки с малым мячом, проведение тестирования по метанию малого мяча на точность, проведение подвижной игры «Вышибалы»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы».	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
1 1	Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный	Разучивание прыжковой разминки, проведение тестирования прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной

						тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву».	справедливости и свободе.
1 2		Прыжок в высоту с разбега	Комбинированный	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с разбега, проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
1 3		Прыжок в высоту с разбега на результат	Комбинированный	Повторение разминки со скамейками, проведение прыжков в высоту с разбега на результат, повторение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные : прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных

						«Вышибалы с кеглями»	ситуациях.
1 4		Прыжок в высоту с разбега на результат	Контроль ный	Разучивание разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками. Прыжок в высоту с разбега, совершенствование техники прыжка в высоту с разбега, разучивание подвижной игры «Штурм».	Знать, как прыгать в высоту с разбега, правила подвижной игры «Штурм»	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе.
1 5		Полоса препятствий	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, прохождение полосы препятствий, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

1 6	Усложненная полоса препятствий	Комбинированный	Проведение разминки в движении, прохождение усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
Подвижные игры						
1 7	Спортивная игра «Футбол»	Репродуктивный	Повторение разминки в движении и различных вариантов паса мяча ногой, проведение спортивной игры «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой линии.	Коммуникативные е: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.
1 8	Контрольный урок по спор-	Контрольный	Повторение разминки в движении по кругу,	Знать, как проходит контрольный урок по	Коммуникативные е: представлять конкретное содержание и	Развитие этических чувств, доброжелательн

				повторение правил спортивной игры «Футбол», контрольное выполнение бросков мяча из-за боковой (аут), контрольная игра в футбол.	футболу, как выполнять бросок из-за боковой линии.	сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам.	ости и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.
1 9	Подвижная игра «Перестрелка»	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами, повторение бросков и ловли мяча, разучивание подвижной игры «Перестрелка».	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
2 0	Футбольные упражнения	Комбинированный	Повторение разминки с мячом, разучивание футбольных	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного	

				упражнений, повторение подвижной игры «Перестрелка»	подвижной игры «Перестрелка»	кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
Гимнастика с элементами акробатики							
2 1		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, разучивание подвижной игры «Белые медведи»	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
2 2		Тестирование подъема туловища из положения лежа	Контрольный	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, проведение	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с,	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

				тестировани я по подъему туловища из положения лежа за 30с, повторение подвижной игры «Белые медведи»	правила подвижной игры «Белые медведи»	Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	отзывчивости, самостоятельнос ти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
2 3		Тестиро- вание подтягиван ия на низкой переклади не из виса лежа согнувшис ь	Контроль ный	Повторение прыжковой разминки, проведение те- стирования подтягивани я на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила игры «Волк во рву»	Коммуникативные : представлять кон- кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально- нравственной отзывчивости, самостоятельнос ти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
2 4		Тестиро- вание виса на время	Контроль ный	Разучивание разминки с гимнастичес кими пал- ками, проведение	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила	Коммуникативные : представлять кон- кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать	Развитие этических чувств, доброжелательн ости и эмоционально-

			тестирование виса на время, повторение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом».	нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
--	--	--	---	--	--	--

Знания о физической культуре

2 5	Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Комбинированный	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
--------	--	-----------------	--	--	---	--

Гимнастика с элементами акробатики

2 6	Кувырок вперед	Комбини рован- ный	Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие само- стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
2 7	Кувырок вперед с разбега и через препят- ствие	Комбини рован- ный	Повторение разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с разбега, разучивание кувырка вперед через препятствие	Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие	Коммуникативн ые: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, аде- кватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости

							и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
2 8		Варианты выполнения кувырка вперед	Комбинированный	Разучивание разминки на матах, разучивание различных вариантов выполнения кувырка вперед, проведение игрового упражнения на внимание	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
2 9		Кувырок назад	Комбинированный	Повторение разминки на матах, разучивание кувырка назад, повторение подвижной игры «Удочка»	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

						заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3 0	Кувырки	Комбинированный	Разучивание разминки с массажным мячом («ежиком»), совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение техники выполнения кувырка назад, разучивание подвижной игры «Мяч в туннеле»	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	
3 1	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки с массажным мячом, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических	

						<p>цель.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	<p>потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>
3 2	Стойка на голове	Комбинированный	<p>Разучивание разминки с гимнастическими палками, повторение техники выполнения стойки на голове, разучивание подвижной игры «Парашютисты»</p>	<p>Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	
3 3	Стойка на руках	Комбинированный	<p>Повторение разминки с гимнастическими палками, совершенствование техники выполнения стойки на голове, разучивание техники</p>	<p>Знать технику стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»</p>	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, играть в</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей,</p>	

				выполнения стойки на руках, повторение подвижной игры «Парашютисты»		подвижную игру «Парашютисты»	ценностей и чувств.
3 4	Круговая тренировка	Комбинированный	Разучивание разминки, направленной на сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на голове и на руках, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»	Знать, как выполнять стойку на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	
3 5	Вис за весом одной и двумя ногами на перекладине	Комбинированный	Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, совершенствование техники лазанья и пере лазания на гимнастическом вис за весом одной и двумя ногами на перекладине, на гимнастическом	Знать, как выполнять лазанье и пере лазание на гимнастической стенке, вис за весом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : самостоятельно формулировать цели, находить и выделять необходимую информацию.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	

			кой стенке, повторение техники виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница».	игры «Белочка-защитница»	Познавательные: лазать и перелезть на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	и взрослыми в разных социальных ситуациях.
3 6	Лазанье и пере лазание по гимнастической стенке	Комбини рованный	Разучивание разминки у гимнастической стенки, проведение различных вариантов лазанья и пере лазания по гимнастической стенке, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Знать, какие варианты лазанья и пере лазания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница».	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: лазать и перелезть по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3 7	Прыжки в скакалку	Комбини рованный	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжков в скакалку, проведение	Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и

				подвижной игры «Горячая линия»	линия»	взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3 8	Прыжки в скакалку в тройках	Комбинированный	Повторение разминки со скакалками, повторение прыжков в скакалку, разучивание прыжков в скакалку в тройках, повторение подвижной игры «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки в скакалку и прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»		Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
3 9	Лазанье по гимнастической стенке	Комбинированный	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжка в скакалку в тройках, раз-	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по гимнастической стенке, правила		Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель-

				учивание техники лазанья по гимнастической стенке, разучивание подвижной игры «Будь осторожен»	подвижной игры «Будь осторожен»	условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: прыгать в скакалку в тройках, лазать гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
4 0	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки со скакалками, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Будь осторожен»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь осторожен»		Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

4 1	Упражнения на гимнастической скамейке	Комбинированный	Разучивание разминки, направленно й на развитие координации движений, повторение техники прыжков в скакалку в движении, разучивание упражнений на гимнастической скамейке, проведение подвижной игры «Шмель»	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Шмель»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на скамейке, играть подвижную игру «Шмель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
4 2	Упражнения на перекладине	Комбинированный	Проведение разминки, направленно й на развитие координации движений, повторение упражнений на гимнастической скамейке, повторение упражнений на перекладине, проведение подвижной игры «Ловишка с мешочком на	Знать, как выполнять упражнения на перекладине и гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастической скамейке и лестнице, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и

				голове»			чувств.
4 3	Круговая тренировка	Репродук- тивный	Разучивание разминки в движении, повторение комбинаций на перекладине, повторение упражнений на гимнастичес- кой скамейке, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Салки с домиками»	Знать комби- нацию на гим- настических кольцах, как выполнять упражнения на гимнастичес- кой скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки с домиками»	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: владеть средствами само регуляции. Познавательные: выполнять комбинацию на перекладине и упражнения на скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, форми- рование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
4 4	Лазанье по наклонной гимнастиче- ской скамейке	Комбини- рован- ный	Повторение разминки в движении, разучивание вариантов лазанья по наклонной гимнастичес- кой скамейке, повторение подвижной игры «Белочка- защитница»	Знать технику лазанья по наклонной гимнастичес- кой скамейке, правила подвижной игры «Белочка- защитница»	Коммуникативные : представлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости	

						подвижную игру «Белочка - защитница»	и свободе
4 5	Варианты вращения обруча	Комбинированный	Разучивание разминки с обручами в движении, повторение техники лазанья по наклонной гимнастической скамейке, повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	подвижную игру «Белочка - защитница»	и свободе	и свободе
4 6	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки с обручами в движении, проведение круговой тренировки, проведение 1 - 2 игр по желанию учеников	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	подвижную игру «Белочка - защитница»	и свободе	и свободе
					<p>Коммуникативные : работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»</p>	и свободе	и свободе
					<p>Коммуникативные : уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать</p>	и свободе	и свободе
					<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	и свободе	и свободе
					<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических</p>	и свободе	и свободе

						подвижные игры и играть в них	потребностей, ценностей и чувств
4 7		Тестирование сгибание разгибание рук в упоре лежа	Контроль сгибание разгибание рук, в упоре лежа, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Повторение прыжковой разминки, проведение тестирования сгибание разгибание рук, в упоре лежа, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование сгибание разгибание рук, в упоре лежа, правила игры «Волк во рву»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование сгибание разгибание рук, в упоре лежа, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
4 8	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки с обручами в движении, проведение круговой тренировки, проведение 1 - 2 игр по желанию учеников	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	Коммуникативные : уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических	

					подвижные игры и играть в них	потребностей, ценностей и чувств
Знания о физической культуре						
4 9	Закаливание	Комбинированный	Знакомство с закаливанием, разучивание разминки с мячом, повторение упражнений с двумя мячами в парах, разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
Лыжная подготовка						
5 0	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Комбинированный	Повторение организационно-методических требований, применяемых на уроках лыжной подготовки, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

				техники ступающего и скользящего шага на лыжах без лыжных палок	подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок.	субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно - методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом.	разных социальных ситуациях
5 1	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Комбинированный	Проверка умения пристегивать крепления, совершенствование техники передвижения ступающим и скользящим шагом без лыжных палок, повторение техники передвижения скользящим и ступающим шагом на лыжах с лыжными палками	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
5 2	Повороты на лыжах переступан	Комбинированный	Повторение поворота на лыжах	Знать, как выполнять повороты	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой	Развитие мотивов учебной деятельности и	

			переступани ем, разучивание поворота на лыжах прыжком, повторение известных лыжных ходов	переступание м и прыжком, технику передви- жения на лыжах разными ходами	работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель- ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
5 3		Попере- менный двухшажн ый ход на лыжах	Комбини - рованный	Повторение поворотов на лыжах переступани ем и прыжком, разучивание попеременно го двухшажног о хода на лыжах, повторение ранее изученных лыжных ходов	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступание м и прыжком, технику передви- жения на лыжах попеременно м двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Коммуникативные : сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
5 4		Одновре- менный	Комбини -	Повторение попеременно	Знать технику	Коммуникативные : добывать	Развитие мотивов учебной

			го двухшажного хода на лыжах, разучивание одновременного двухшажного хода на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: Передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
5 5	Подъем «полу елочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Репродуктивный	Совершенствование техники выполнения изученных лыжных ходов, повторение подъема «полу елочкой» и «елочкой» на лыжах, повторение спуска в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полу елочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полу елочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
5 6	Подъем «лесенкой» и тормоз	Комбинированный	Повторение подъема на склон «елочкой» и	Знать технику подъема на склон «елочкой»,	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

						личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
		жение «плугом» на лыжах	«полу елочкой» на лыжах, разучивание подъема на склон «лесенкой», разучивание торможения «плугом»	«полу елочкой», «лесенкой», технику торможения «плугом»	помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: подниматься на склон «елочкой», «полу елочкой», «лесенкой», тормозить на лыжах «плугом»	
5 7		Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Совершенство техники передвижения на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах «змейкой», повторение спуска на лыжах «змейкой», совершенствование техники подъема на склон и спуска со склона на лыжах Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

5 8	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения и спуска на лыжах «змейкой», проведение подвижной игры на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений 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
5 9	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	Комбинированный	Разучивание техники спуска в приседе, повторение подвижной игры на лыжах «Накаты», совершенствование техники передвижения на лыжах	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах, правила подвижной игры «Накаты»	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции.</p> <p>Познавательные: спускаться на</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование

						<p>лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»</p>	<p>эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>
60	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Комбинированный	<p>Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, проведение катания со склона в низкой стойке, проведение свободного катания</p>	<p>Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке</p>	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	
61	Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный	<p>Повторение ранее изученных лыжных ходов, повторение поворотов переступанием и прыжком на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах «змейкой», повторение техники подъема на склон</p>	<p>Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, как поворачиваться на лыжах переступанием и прыжками, как передвигаться на лыжах «змейкой», как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в низкой</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком,</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	

				«лесенкой» и спуска в низкой стойке	стойке	подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	
Спортивные и подвижные игры							
6 2	Футбольные упражнения в парах	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячами в парах, разучивание футбольных упражнений в парах, разучивание подвижной игры «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»		<p>Коммуникативные : управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную и игру «Пустое место».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
6 3	Различные варианты футбольных упражнений в парах	Репродуктивный	Повторение разминки с мячами в парах, проведение футбольных упражнений в парах, повторение подвижной игры «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»		<p>Коммуникативные : управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

						действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	разных социальных ситуациях
6 4	Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный	Разучивание разминки с мячом в парах, повторение техники бросков и ловли мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»		Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную и игру «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
6 5	Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Повторение разминки с мячом в парах, разучивание упражнений с двумя мячами в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»		Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях,

						самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
6 6	Прыжки на мячах	Комбинированный	Разучивание разминки в парах с мячами, совершенствование техники прыжков на мячах, проведение подвижной игры «Ловишки на мячах»	Знать технику прыжков на мячах, правила подвижной игры «Ловишки на мячах»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: прыгать на мячах, играть в подвижную игру «Ловишки на мячах»</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
6 7	Броски мяча через волейбольную сетку	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества

						по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	со сверстниками и взрослым в разных ситуациях
6 8	Подвижная игра «Пионербол»	Комбинированный	Повторение разминки с мячами, разучивание подвижной игры «Пионербол», совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
6 9	Волейбол как вид спорта	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами в парах, знакомство с волейболом как видом спорта, разучивание волейбольных упражнений	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский	

			в парах, повторение подвижной игры «Пионербол»		заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол»	народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
7 0	Подготовка к волейболу	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание волейбольных упражнений, выполняемых через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
7 1	Волейбол	Комбинированный	Разминки с мячами в парах, разучивание волейбольных упражнений, выполняемых через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков

					передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	сотрудничества со сверстниками
7 2	Волейбол	Комбинированный	Разминки с мячами в парах, разучивание волейбольных упражнений, выполняемых через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : владеть средствами само регуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные : делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
7 3	Контрольный урок по волейболу	Контрольный	Разучивание разминки с мячом в движении, контрольная проверка знаний и умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные :	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

						применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	
7 4	Эстафеты с мячом	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах, проведение эстафет с мячом, проведение подвижных игр с мячами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами		Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
7 5	Эстафеты с мячом	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах, проведение эстафет с мячом, проведение подвижных игр с мячами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами		Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
7 6	Подвижная игра «Пионербол»	Комбинированный	Повторение разминки с мячами, разучивание подвижной игры	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку		Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения,

				«Пионербол», совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку	существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
7 7	Эстафеты с мячом	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах, проведение эстафет с мячом, проведение подвижных игр с мячами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
7 8	Подвижные игры	Комбинированный	Разучивание беговой разминки, проведение 2-3 подвижных игр, подведение итогов четверти	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	

Изучение нового материала
Комбинированный урок

Разучивание разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Познавательные: выполнять броски мяча <u>через</u> волейбольную сетку <u>на</u> дальность, играть в <u>подвижную</u> игру «Точно в <u>цель</u> » Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Коммуникативные: устанавливать рабочие <u>отношения</u> , эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.
--	--	--

						выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	социальных ситуациях			
Знания о физической культуре										
7 9		Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Комбинированный	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
Легкая атлетика										
8 0		Полоса препятствий	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, прохождение полосы препятствий, повторение подвижной игры	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные : проектировать траектории развития через	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие			

						включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка».	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
8 1	Усложненная полоса препятствий	Комбинированный	Проведение разминки в движении, прохождение усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Гимнастика с элементами акробатики							
8 2	Тестирование вися на время	Контрольный	Разучивание разминки с мячом в движении, проведение тестирования вися на время, разучивание подвижной игры «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование вися на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование вися	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности	

						на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
8 3	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный	Повторение разминки с мячом в движении, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»		Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
8 4	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подтягивания на низкой	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности	

				перекладине из вися лежа согнувшись, повторение спортивной игры «Гандбол»		<p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из вися лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
8 5	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, проведение спортивной игры «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Легкая атлетика							
8 6	Тестирование	Контрольный	Проведение разминки, направленной	Знать, как проходит тестирование	Коммуникативные : добывать недостающую	Развитие этических чувств,	

					информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
8 7		прыжка в длину с места	ой на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирования прыжка в длину с места, разучивание спортивной игры «Гандбол»	прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»		
		Тестирование метания малого мяча на точность	Повторение разминки с мячом на месте и в движении, проведение тестирования по метанию малого мяча на точность, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
8 8		Беговые упражнения	Комбинированный Разучивание разминки в движении,	Знать варианты беговых	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и	Развитие мотивов учебной деятельности и

			проведение беговых упражнений, повторение подвижной игры «Колдунчик и», разучивание подвижной игры «Вызов»	упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»	способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
8 9	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный	Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Командные хвостики»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9	Тести-	Кон-	Разучивание	Знать, как	Коммуникативные	Развитие

0	0	рование челночного бега 3 x 10 м	трольный	беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3x10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
9	1	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	Комбинированный	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди» и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на учения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции. Познавательные: бросать набивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной

						мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	справедливости и свободе
9 2	Броски набивного мяча правой и левой рукой	Комбинированный	Повторение разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча из-за головы, разучивание техники броска набивного мяча правой и левой рукой, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные : бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
9 3	Тестирование метания мяча на дальность	Контрольный	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мяча на дальность, разучивание подвижной игры «Круговая охота»	Знать, как проходит тестирование метания мяча на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные : адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные :	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	

						проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»	
9 4		Бег на 400 м	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 400 м, повторение спортивной игры «Футбол»	Знать, как проходит тестирование бега на 400 м, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: пробегать дистанцию 400 м, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9 5		Бег на 1000 м	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные:</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о

					пробежать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Спортивные и подвижные игры						
9 6	Знакомство с баскетболом	Изучение нового материала	Разучивание разминки с мячом на месте и в движении, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо, знакомство со спортивной игрой «Баскетбол»	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
9 7	Спортивная игра «Баскетбол»	Комбинированный	Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольные кольца, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

						баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	
9 8	Баскетбол	Комбинированный	Разминки в движении с мячом, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольные кольца, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. Познавательные : бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
9 9	Спортивная игра «Футбол»	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение спортивной игры «Футбол»	Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные : играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с за-	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	

10 0	Подвижная игра «Флаг на башне»	Репродуктивный	Повторение разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение подвижной игры «Флаг на башне»	Знать, как выбирать и играть в подвижные и спортивные игры, как подводить итоги года	крытыми глазами» Коммуникативные : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
10 1	Спортивные игры	Репродуктивный	Проведение беговой разминки, проведение спортивных игр, проведение подвижных игр по желанию учеников, разучивание подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Знать правила подвижной игры «Собачки ногами» и спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: играть в подвижную игру «Собачки ногами» и спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
10 2	Подвижные и	Репродуктивный	Проведение беговой разминки,	Знать правила подвижных	Коммуникативные : слушать и слышать друг	Развитие навыков сотрудничества

				проведение подвижных и спортивных игр, выбранных по желанию учеников, подведение итогов года	игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. Познавательные: играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
--	--	--	--	--	--	--	--

