

«Рассмотрено»
Педагогическим советом
«30 » августа 2017 г.

«Утверждаю»
Директор школы
А.Д. Бииков
«30» августа 2017 г.



**Рабочая программа
по физической культуре
для учащихся 2 класса
на 2017-2018 учебный год**

Составитель:
учитель начальных классов
Колмакова М.Н.

Улан- Удэ

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

- Рабочая программа по физической культуре разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования,
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования,
- Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей 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, лазаньи, 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, физминутками 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 межпредметных 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 общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Тематический план

№	Разделы и темы	Количество часов (уроков)			
		Класс			
		1	2	3	4
	Базовая часть	78	78	78	78
1	Знания о физической культуре	в процессе урока			
2	Способы физкультурной деятельности	в процессе			
3	Физическое совершенствование: – гимнастика с основами акробатики – легкая атлетика – подвижные игры – общеразвивающие упражнения (в содержании соответствующих разделов программы)	24 21 18	24 21 18	24 21 18	24 21 18
	Вариативная часть (время на освоение отдельных видов программного материала пропорционально увеличивается)	24	24	24	24
	ИТОГО		102		

Содержание тем учебного курса 2 класс

Знания о физической культуре

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы физкультурной деятельности

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Легкая атлетика

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Уровень физической подготовленности

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					

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1– 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

К концу учебного года учащиеся научатся:

-по разделу «Знания о физической культуре»

-выполнять организационно методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как её измерять, вести дневник самоконтроля;

-по разделу «Гимнастика с элементами акробатики»

-строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон из положения стоя и положения сидя, подъём туловища высокой и низкой перекладинах, выполнять вис на время, кувырок вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов и с головы, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на перекладине, вращение обруча, лазать по гимнастическому пролёту, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах

хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с малыми мячами, скакалками, обручами, прыгать с палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, на матах, гимнастическими скамейками и на них;

-по разделу «Лёгкая атлетика»

технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнастическую палку ногой, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту спиной вперёд, броски набивного мяча за голову, пробегать 1 км;

по разделу

«Лыжная подготовка»

передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты на них, торможение падением, проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, обгонять друг друга, подниматься на подъёмнике, спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «На лыжах»;

по разделу

«Подвижные игры»

играть в подвижные игры: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки дай руку», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Кот и мышь», «Бездомный заяц», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мышь охота», «Удочка», «Волшебные ёлочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Медведи и пчёлы», «Шарик в голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охота на хомяка», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Антивышибалы», выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре во 2 классе
1 четверть – 27 часов**

№ уро ка	Дата проведе ния		Тема урока	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты		
	план	факт				Предметные УУД	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Знания о физической культуре								
1			Организа ционно- методичес кие указа ния	Повторение построения в колонну и шеренгу, ознакомление с организаци онно-методи ческими тре бованиями, проведение подвижных игр «Ловиш ка» и «Салки с домиками»	Понятия «ше ренга» и «колон на», организа ционно-мето дические указа ния, подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	Дифференциро вать понятия «шеренга» и «ко лонна», строить ся в колонну в движении, выпол нять организа ционные требо вания на уроках физкультуры, иг рать в подвиж ные игры «Лови шка» и «Салки с домиками»	Коммуникативные: Работать в группе, уста-навливать рабочие от ношения. Регулятивные: Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить не обходимую информа-цию. Познавательные: Объяснять для чего ну-жно построение и пере строение, как оно выпо лняется, что необходи мо для успешного про ведения уроков физ культуры	Развитие мотивов учебной деятель ности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социаль ной роли обучающегося, развитие эти ческих чувств, до-брожелательности и эмоционально-нра-вственной отзывчи вости.
Лёгкая атлетика								
2			Тестирова ние бега на 30 м с высокого старта	Разучивание беговой раз минки, тести рование бега на 30 м с вы сокого стар та, проведе ние подвиж ной игры «Ловишка», разучивание подвижной игры «Салки	Беговая разми нка, тестирова ние бега на 30 м с высокого стар та, подвижные игры «Ловишка» и «Салки – дай руку»	Выполнять бего вую разминку, знать правила те стирования бега на 30 м с высоко го старта, играть в подвижные иг ры «Ловишка» и «Салки – дай руку»	Коммуникативные: Со хранять доброжела тельное отношение друг к другу, устанав ливать рабочие отноше ния. Регулятивные: Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: Рассказывать правила тестирования и правила	Развитие этических чувств, доброжела тельности и эмоци онально-нравствен ной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоя тельности и личной ответственности за свои поступки на основе представле ний о нравствен ных нормах, социа

				– дай руку»			подвижных игр «Ловишка», «Салки – дай руку»	льной справедливости и свободе.
3			Техника челночного бега	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение подвижной игры «Салки – дай руку»	Разминка в движении, техника челночного бега, подвижные игры «Прерванные пятнашки», «Салки – дай руку»	Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки – дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки – дай руку».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
4			Тестирование челночного бега 4х9 м	Повторение разминки в движении, тестирование челночного бега 4х9 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Колдунчики»	Разминка в движении, тестирование челночного бега 4х9 м с высокого старта, подвижная игра «Колдунчики»	Знать правила тестирования челночного бега 4х9 м, правила подвижной игры «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования челночного бега 4х9 м и правила подвижной игры «Колдунчики»	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 личной ответственности
5			Техника метания мяча на дальность	Разучивание разминки с мячами, повторение техники метания мяча на дальность	Разминка с мячами, техника метания мяча на дальность, подвижные игры «Бросай далеко.	Знать технику метания мяча на дальность, выполнять разминку с мячами, понимать пра-	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социаль-

				ность, повто- рение по- движных игр «Бросай дале- ко, собирай быстрее», «Колдунчи- ки»	собирай быст- рее», «Колдун- чики»	вила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Кол- дунчики»	Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодо- лению препятствий и самокоррекции. Познавательные: рассказывать и показы- вать технику выполне- ния метания на даль- ность, правила подвиж- ных игр «Бросай дале- ко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	ной роли обучаю- щегося, развитие этических чувств, доброжелательнос- ти и эмоционально- нравственной от- зывчивости, сочув- ствия другим лю- дям, развитие само- стоятельности и от- ветственности за свои поступки
6		Тестирова- ние мяча на даль- ность	Повторение разминки с мячами, те- стирование мяча на даль- ность, прове- дение под- вижной игры «Хвостики»	Разминка с мя- чами, тестиро- вание метания мяча на даль- ность, подвиж- ная игра «Хвос- тики»	Знать правила те- стирования мета- ния мяча на даль- ность, выполнять разминку с мяча- ми, понимать правила подвижной игры «Хвостики»	Коммуникативные: сохранять доброже- лательное отношение друг к другу, устана- вливать рабочие отно- шения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказывать правила тестирования мяча на дальность и правила подвижной игры «Хвос- тики»	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо- ционально-нрав- ственной отзывчи- вости, сочувствия другим людям, раз- витие навыков со- трудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситу- ациях, умение не создавать конфлик- ты и находить вы- ходы из спорных ситуаций	

7		Упражне- ния на ко- ордина- цию дви- жений	Разучивание разминки, на- правленной на развитие координации движений, разучивание	Разминка, на- правленная на развитие коор- динации движе- ний, метание гимнастической палки ногой, по-	Выполнять мета- ние гимнасти- ческой палки но- гой на дальность, разминку, напра- вленную на раз- витие коорди-	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответ- ствии с задачами и ус- ловиями коммуника- ции.	Развитие мотивов учебной деятель- ности и осознание личностного смыс- ла учения, принятие и освоение социаль- ной роли обучаю-
---	--	--	--	--	---	--	--

				метания гимнастической палки ногой,	движная игра «Командные хвостики»	нации движений, понимать правила подвижной игры «Командные хвостики»	<i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров.	щегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на
				проведение подвижной игры «Командные хвостики»			Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения метания гимнастической палки ногой, правила подвижной игры «Командные хвостики».	безопасный и здоровый образ жизни
Знания о физической культуре								
8			Физические качества	Повторение разминки направленной на развитие координации движений, знакомство с понятиями, обозначающими физические качества, повторение метания гимнастической палки ногой, проведение подвижной игры «Командные хвостики»	Разминка, направленная на развитие координации движений, физические качества, метание гимнастической палки ногой, подвижная игра «Командные хвостики»	Называть физические качества, выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила подвижной игры «Командные хвостики»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах и о технике выполнения метания гимнастической палки ногой, играть	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

							в подвижную игру «Командные хвостики».	
Лёгкая атлетика								
9			Техника	Разучивание	Разминка в дви-	Называть физи-	Коммуникативные:	Развитие мотивов
			прыжка в длину с разбега	разминки в движении, повторение понятий, обозначающих физические качества, разучивание техники прыжка в длину с разбега, разучивание подвижной игры «Флаг на башне»	жения, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	ческие качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне».	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
10			Прыжок в длину с разбега	Проведение разминки в движении, проверка знаний о физических качествах, повторение техники прыжка в длину с разбега, повторение подвижной игры «Флаг на башне»	Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятель-	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

							ности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> <i>рассказывать о физических качествах,</i> <i>выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне».</i>	сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
11			Прыжок в длину с разбега на результат	Разучивание разминки в движении, прыжок в длину с разбега, выполнение прыжка в длину с разбега на результат, проведение подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	Разминка в движении, прыжок в длину с разбега, подвижные игры «Салки» и «Флаг на башне»	Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, знать правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	<i>Коммуникативные:</i> <i>представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.</i> <i>Регулятивные:</i> <i>видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</i> <i>Познавательные:</i> <i>рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»</i>	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.
Подвижные игры								
12			Подвижные игры	Повторение разминки в движении, совершенствование техники прыжка в длину с разбега на результат, проведение подвижных игр	Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат, подвижные игры по желанию учеников	Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, договариваться и выбирать подвижные игры для совместной игры	<i>Коммуникативные:</i> организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. <i>Регулятивные:</i> использовать средства саморегуляции,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных

				по желанию учеников			сотрудничать в совместном решении задач. <i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в длину с разбега на результат, выбирать подвижные игры и играть в них	социальных ситуациях.

Лёгкая атлетика

13			Тестирование метания малого мяча на точность	Разучивание разминки с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, разучивание подвижной игры «Бездомный заяц»	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Бездомный заяц»	Выполнять разминку с малыми мячами, знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	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.
----	--	--	--	---	---	---	---	--

14			Тестирование наклона вперёд из положения сидя	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование наклона вперёд из положения сидя, повторение подвижной игры «Бездомный заяц»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперёд из положения сидя, подвижная игра «Бездомный заяц»	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования наклона вперёд из положения сидя, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование наклона вперёд из положения сидя, правила подвижной игры	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
----	--	--	---	--	---	---	--	--

								«Бездомный заяц»	вности и свободе
15			Тестирование подъёма туловища из	Повторение разминки, направленной на развитие	Разминка, направленная на развитие гибкости,	Выполнять разминку, направленную на развитие		Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, установ-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-

			положения лёжа за 1 мин.		ствий, развития навыков самодиагностики	гибкости, тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 1 мин., подвижная игра «Вышибалы»	тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 1 мин., подвижная игра «Вышибалы»	гибкости, знать правила тестирования подъёма туловища, правила подвижной игры «Вышибалы»	ливать рабочие отношения Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: проходить тестирование подъёма туловища из положения лёжа, играть в подвижную игру «Вышибалы»	ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
--	--	--	--------------------------	--	---	--	--	--	---	---

Лёгкая атлетика

16			Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный	Здоровьесбережения, самонализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила тестирования прыжка в длину с места, понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	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
----	--	--	-------------------------------------	-------------	---	---	--	---	---	---

Гимнастика с элементами акробатики

17			Тестирование подтягивания	Контрольный	Здоровьесбережения, самонализа и кор	Повторение разминки, направленной	Разминка, направленная на развитие	Выполнять разминку, направленную на	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо-
----	--	--	---------------------------	-------------	--------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	---	--

			на пере- кладине		рекции дей- ствий, разви- тия навыков самодиагно- стики	на развитие координации движений, те- стирование подтягивания	координации движений, тестирование подтягивания на перекладине,	развитие координации движений, знать правила тестирования	друг к другу, установ- ливать рабочие отноше- ния Регулятивные: адекватно понимать	ционально-нрав- ственной отзывчи- вости, сочувствия другим людям, раз- витие самостоя-
						на перекла- дине, повто- рение подви- жной игры «Вышибалы»	подвижная игра «Вышибалы»	подтягивания на перекладине, правила подвижной игры «Вышибалы»	оценку взрослого и сверстников. Познавательные: проходить тестирова- ние подтягивания на перекладине, играть в подвижную игру «Вышибалы»	тельности и личной ответственности за свои поступки на основе представ- лений о нравствен- ных нормах, соци- альной справедли- вости и свободе
18			Тестирова- ние виса на время	Кон- троль- ный	Здоровьесбер- жения, само- анализа и кор- рекции дей- ствий, разви- тия навыков самодиагно- стики	Разучивание разминки у гимнастичес- кой стенки, тестирование стенки, виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян»	Разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян»	Выполнять разминку у гимнастической стенки, знать правила тестирования виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	Коммуникативные: сохранять доброжела- тельное отношение друг к другу, установ- ливать рабочие отноше- ния Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: проходить тестирова- ние виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо- ционально-нрав- ственной отзывчи- вости, сочувствия другим людям, раз- витие самостоя- тельности и личной ответственности за свои поступки на основе представ- лений о нравствен- ных нормах, соци- альной справедли- вости и свободе
Подвижные игры										
19			Подвиж- ная игра «Кот и мышь»	Комби- ниро- ванный	Здоровьесбе- режения, раз- вивающего обучения, ин- формацион- но-коммуни- кационные	Проведение разминки у гимнастичес- кой стенки, разучивание упражнений в подлезании, разучивание подвижной игры «Кот и мышь»	Разминка у гим- настической стен- ки, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мышь»	Выполнять раз- минку у гимна- стической стенки, упражнения в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мышь»	Коммуникативные: Представлять конкрет- ное содержание и сооб- щать его в устной фор- ме, с достаточной пол- нотой и точностью вы- ражать свои мысли в соответствии с задача- ми и условиями комму- никации. Регулятивные: Самостоятельно форму-	Развитие мотивов учебной деятельно- сти и осознание лич- ностного смысла учения, принятие и освоение социаль- ной роли обучаю- щегося, развитие навыков сотрудни- чества со сверстни- ками и взрослыми в различных социаль-

									ликовать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять подлезания, играть в подвижную игру «Кот и мыши».	ных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
Знания о физической культуре										
20			Режим дня	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные	Знакомство с режимом дня, разучивание разминки с малыми мячами, повторение упражнений в подлезании, повторение подвижной игры «Кот и мыши»	Режим дня, разминка с малыми мячами, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши»	Знать, что такое режим дня, выполнять разминку с малыми мячами, упражнения в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мыши»	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. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: Рассказывать о режиме дня, подлезать под препятствие, играть в подвижную игру «Кот и мыши»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков общения со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный образ жизни.
Подвижные игры										
21			Ловля и броски малого мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с малыми мячами, разучивание бросков и ловли малого мяча в парах, разучивание подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	Разминка с малыми мячами, броски и ловля малого мяча в парах, подвижная игра «Салки с резиновыми кружочками»	Выполнять разминку с малыми мячами, знать, как выполнять броски и ловлю малого мяча в парах, правила подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). Регулятивные: Адекватно оценивать свои действия и действия партнёра, видеть указанную ошибку и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков общения со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конф-

									исправлять её. Познавательные: Повторить упражнения с малым мячом, как в парах, так и в одиночку.	ликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
									играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кружочками».		
22			Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения. коллективно-выполнения заданий	Разучивание разминки с мячами в парах, совершенствование техники ловли и бросков мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: Использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: Выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»	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.	
23			Броски и ловля мяча в парах	Репродуктивный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, коллективно-выполнения заданий	Повторение разминки с мячами в парах, совершенствование техники ловли и бросков мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: Сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществ-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из	

									влять саморегуляцию и рефлексию деятельности. Познавательные: Выполнять упражнения	спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки.	
									с мячом в парах, играть		
									в подвижную игру		
									«Осада города»		
Знания о физической культуре											
24			Частота сердечных сокращений, способы её измерения	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития навыков общения и систематизации знаний, самодиагностики и коррекции результатов	Знакомство со способами измерения частоты сердечных сокращений, разучивание разминки с мячами, совершенствование техники ведения мяча, разучивание подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»	Частота сердечных сокращений и способы её измерения, разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Салки с резиновыми кольцами»	Знать, что такое частота сердечных сокращений и способы её измерения, выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель. Познавательные: Рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы её измерения, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кольцами».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного 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 справедливости и свободе.	
Подвижные игры											
25			Ведение мяча	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития навыков общения и систематизации знаний, самодиагностики и коррекции результатов	Повторение разминки с мячами, совершенствование техники ведения мяча, проведение подвижной игры «Ночная охота»	Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота».	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,	

									<i>Регулятивные:</i> Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности, видеть указанную	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование
									ошибку и исправлять	новки на здоровый
									её, сохранять заданную	образ жизни-
									цель.	
									<i>Познавательные:</i>	
									Выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная	
									охота»	
26		Упражнения с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, информационно-коммуникационные	Знакомство с дневником самоконтроля, разучивание разминок с мячами в движении.	Дневник самоконтроля, разминок с мячами в движении, упражнения с мячом, подвижная игра «Ночная охота»	Знать, что такое дневник самоконтроля, выполнять разминку с мячами в движении, упражнения с мячом, знать правила подвижной игры «Ночная охота»	<i>Коммуникативные:</i> Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель.	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 ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
									<i>Познавательные:</i> Заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, играть в подвижную игру «Ночная охота»	
27		Подвижные	Репродуктивные	Здоровьесбережения	Повторение	Разминка с мячом	Выполнять раз-	<i>Коммуникативные:</i>	Развитие мотивов	

			ные игры	дуктив	режения, про-	разминки с	чами в движе-	минку с мячами.	Слушать и слышать	учебной деятель-
				ный	блемного обу	мячами в	нии, упражнения	упражнения с мя-	друг друга, с достаточ-	ности и осознание
					чения, педа-	движении,	с мячом, 1-2 по-	чом, знать прави-	ной полнотой и точно-	личностного смы-
					гогики сотру-	повторение	движные игры	ла выбранных	стью выражать свои	сла учения, разви-
					дничества	упражнений с		подвижных игр	мысли в соответствии с	тие навыков сотру-
						мячом, про-			задачами и условиями	дничества со свер-
						ведение 1-2			коммуникации, сотруд-	стниками и взрос-
						подвижных			ничать в ходе индиви-	лыми, умение не
						игр по жела-			дуальной и групповой	создавать конф-
						нию учащи-			работы.	ликты и находить
						хся			Регулятивные:	выходы из спорных
									Владеть средствами са-	ситуаций.
									морегуляции эмоцио-	
									нальных и фнкциона-	
									льных состояний.	
									Познавательные:	
									Выполнять упражнения	
									с мячом, рассказать	
									правила проведения вы-	
									бранных спортивных	
									игр.	

2 четверть – 22 часа

Гимнастика с элементами акробатики

28			Кувырок вперёд	Комби ниро- ванный	Здоровьесбе- режения, пе- дагогики со- трудничества, коллективно- го выполне- ния задания	Разучивание разминки на матах, повто- рение техни- ки выполне- ния кувырка вперёд, про- ведение по- движной иг- ры «Удочка»	Разминка на ма- тах, кувырок вперёд, подвиж- ная игра «Удоч- ка»	Выполнять раз- минку на матах, знать, как выпол- няется кувырок вперёд, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: Эффективно сотрудни- чать и способствовать продуктивной коопера- ции, работать в группе. Регулятивные: Определять новый уро- вень отношения к само- му себе как субъекту деятельности, контро- лировать процесс и оце- нивать результат своей деятельности. Познавательные: Выполнять кувырок вперёд, играть в подви- жную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятель- ности и осознание личностного смы- сла учения, разви- тие доброжелатель- ности и эмоциона- льно-нравственной отзывчивости, со- чувствия другим людям, формиро- вание эстетических потребностей, цен- ностей и чувств, формирование ус- тановки на безопа- сный и здоровый образ жизни.
29			Кувырок вперёд с	Комби ниро-	Здоровьесбе- режения, раз-	Повторение разминки на	Разминка на ма- тах, кувырок	Выполнять раз- минку на матах,	Коммуникативные: Эффективно сотрудни-	Развитие мотивов учебной деятель-

			трёх шагов	ванный	вивающего обучения, коллективного выполнения задания	матах, совершенствовании техники выполнения кувырка вперёд, разучивание техники выполне-	вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов, подвижная игра «Удочка»	знать, как выполняется кувырок вперёд и кувырок вперёд с трёх шагов, правила подвижной игры «Удочка»	чать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контро-	ности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравствен-
						ния кувырка вперёд с трёх шагов, проведение подвижной игры «Удочка»			лировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: Выполнять кувырок вперёд и кувырок вперёд с трёх шагов, играть в подвижную игру «Удочка».	ной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей.
30			Кувырок вперёд с разбега	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, коллективного выполнения задания	Повторение разминки на матах с мячами, совершенствование техники выполнения кувырка вперёд, повторение техники выполнения кувырка вперёд с трёх шагов, разучивание техники выполнения кувырка вперёд с разбега.	Разминка на матах с мячами, кувырок вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов, кувырок вперёд с разбега.	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняется кувырок вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов и с разбега.	Коммуникативные: Работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: Выполнять кувырок вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов и кувырок вперёд с разбега.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение 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.
31			Усложнён	Комби	Здоровьесбе-	Повторенис	Разминка на ма-	Выполнять раз-	Коммуникативные:	Развитие мотивов

			ные варианты выполнения кувырка вперёд	нированный	режения, развивающего обучения, коллективного выполнения задания	разминки на матах с мячами, повторные техники выполнения кувырка вперёд как с места, так и с разбега, разучивание усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд.	тах с мячами, кувырок вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов, кувырок вперёд с разбега, усложнённые варианты кувырка вперёд.	минку на матах с мячами, знать, как выполняется кувырок вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов и с разбега и усложнённые варианты кувырка вперёд.	Работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <i>Познавательные:</i> Выполнять кувырок вперёд, кувырок вперёд с трёх шагов, кувырок вперёд с разбега, усложнённые варианты кувырка вперёд.	учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение 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.
32			Стойка на лопатках, мост	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки, направленной на сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на лопатках и моста, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд, проведение	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, усложнённые варианты кувырка вперёд, стойка на лопатках, подвижная игра «Волшебные ёлочки»	Выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполняются усложнённые варианты кувырка вперёд, технику выполнения стойки на лопатках и моста, правила игры «Волшебные ёлочки».	Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные:</i> Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценно-

						подвижной			Выполнять усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру Волшебные ёлочки». иметь представление о том, что такое осанка.	стей и чувств.	
33		Круговая тренировка	Репродуктивный	Здоровьесбережения, педагогика сотрудничества, коллективного выполнения задания	Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Волшебные ёлочки».	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные ёлочки».	Знать, как сохранять правильную осанку, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные ёлочки».	Коммуникативные: Слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. Познавательные: Выполнять круговую тренировку, играть в подвижную игру «Волшебные ёлочки», иметь представление о том, что такое осанка.	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 различных социальных ситуациях.		
34		Стойка на голове	Комплексный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки с гимнастической палкой, знакомство с первой помощью при травмах, повторение	Разминка с гимнастической палкой, первая помощь при травмах, стойка на голове, упражнения на матах	Знать, какую первую помощь нужно оказать при мелких травмах, технику выполнения стойки на голове	Коммуникативные: 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		

						рение техни-			Регулятивные:	этических чувств.	
						ки выполне-			Осуществлять действия	доброжелательно-	
						ния стойки на			по образцу и заданному	сти и эмоционально	
						голове, про-			правилу, видеть указан-	-нравственной от-	
						ведение упра-			ную ошибку и исправ-	зывчивости, сочув-	
						жнений на			лять её.	ствия другим лю-	
						внимание на			Познавательные:	дям, формирова-	
						матах.			Оказывать первую по-	ние эстетических	
									мощь при лёгких трав-	потребностей, цен-	
									мах, выполнять стойку	ностей и чувств	
									на голове и упражнения		
									на внимания.		
35		Лазанье и	Комби	Здоровьесб-	Повторение	Разминка с гим-	Знать технику	Коммуникативные:	Развитие этических		
		перелеза-	ниро-	режения, поэ-	разминки с	настическими	выполнения сто-	Представлять конкрет-	чувств, доброжела-		
		ние по ги-	вапный	тического фор-	гимнастичес-	палками, первая	йки на голове,	ное содержание и сообщать	тельности и эмоци-		
		мнастиче-		мирования	кими палка-	помощь при трав-	как лазать и пе-	ство сго в устной фор-	онально-нравствен-		
		ской сте-		умственных	ми, контро-	вах, лазанье и	релезать по ги-	ме, владеть монологи-	ной отзывчивости,		
		нке		действий,	льная прове-	перелезание по	мнастической	ческой и диалогической	сочувствия другим		
				развивающе-	рка знаний о	гимнастической	стенке, какую	формами речи в соотве-	людям, развитие		
				го обучения	первой помо-	стенке, стойка	помощь оказы-	тствии с грамматичес-	самостоятельности		
					щи при трав-	на голове, по-	вать при трав-	кими и синтаксически-	и личной ответст-		
					вах, прове-	движная игра	мах, правила иг-	ми нормами родного	венности за свои		
					дение лазанья	«Белочка-защи-	ры «Белочка-	языка.	поступки на основе		
					и перелеза-	тница»	защитница»	Регулятивные:	представлений о		
					ния по гимна-			Осознавать самого себя	нравственных нор-		
					стической			как движущую силу	мах, социальной		
					стенке, совер-			своего научения, свою	справедливости и		
					шенствова-			способность к преодо-	свобод.		
					ние техники			лению препятствий и			
					выполнения			самокоррекции.			
					стойки на го-			Познавательные:			
					лове, прове-			Оказывать первую по-			
					дение подви-			мощь, выполнять стой-			
					жной игры			ку на голове, лазать и			
					«Белочка-			перелезать по гимна-			
					защитница».			стической стенке, играть			
								в подвижную игру «Бе-			
								лочка-защитница».			
36		Различ-	Комби	Здоровьесб-	Разучивание	Разминка с мас-	Знать технику	Коммуникативные:	Развитие мотивов		
		ные виды	ниро-	режения, раз-	разминки с	сажными мяча-	выполнения сто-	Находить общее реше-	учебной деятельно-		
		перелеза-	вапный	вития павы-	массажными	ми, техника вы-	йки на голове,	ние практической зада-	сти и осознание ли-		

				ний	ков обобщения и систематизации знаний, само-диагностики и само-коррекции результатов	мячами, советами, выполнению стойки на голове, выполнение различных видов перелезаний, подвижной игры «Удочка».	полнения стойки на голове, различные виды перелезаний, подвижная игра «Удочка».	различные виды перелезаний, правила игры «Удочка».	чи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними. Регулятивные: Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять её. Познавательные: Выполнять стойку на голове, разные варианты перелезания, играть в подвижную игру «Удочка».	чного смысла учения, принятия и освоения 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.
37		Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного развивающего обучения	Повторение разминки с массажными мячами, повторение различных вариантов перелезаний, разучивание виса завесом одной и двумя ногами, проведение упражнения на внимание.	Разминка с массажными мячами, различные варианты перелезаний, вис завесом одной и двумя ногами, упражнения на внимание	Знать, как подобрать правильный способ перелезания, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами.	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: Выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	
38		Круговая тренировка	Комбинированный	Здоровьесбережения, самонализа и коррекции	Разучивание разминки со средними обручами, про-	Разминка со средними обручами, круговая тренировка, по-	Знать правила прохождения станций круговой тренировки,	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отноше-	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических	

					действий, индивидуальности обучения	ведение групповой тренировки, проведение подвижной игры «Удочка».	подвижная игра «Удочка».	правила подвижной игры «Удочка».	ния, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия
									Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: Проходить станции круговой тренировки.	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.
39			Прыжки в скакалку	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, коллективного выполнения задания	Разучивание разминки со скакалкой, повторение техники прыжков в скакалку, разучивание подвижной игры «Горячая линия».	Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполняются прыжки в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные: Работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Видеть указанную ошибку и исправлять её, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: Выполнять прыжки в скакалку на месте и в движении, играть в подвижную игру «Горячая линия»	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.

40		Прыжки в скакалку в движении	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения	Повторение разминки со скакалкой, совершенствование техники прыжков в скакалку, разучивание прыжков в скакалку в движении, повторение подвижной игры «Горячая линия».	Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку на месте и в движении, подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполняются прыжки в скакалку в движении, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: Работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: Видеть указанную ошибку и исправлять её, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: Выполнять прыжки в скакалку на месте и в движении, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	Развитие мотивов учебной 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
41		Круговая тренировка	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки в движении, прохождение станций круговой тренировки, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами, проведение подвижной игры «Медведи и пчёлы».	Разминка в движении, круговая тренировка, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Медведи и пчёлы»	Знать, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами, правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Медведи и пчёлы»	<p>Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: Видеть указанную ошибку и исправлять её, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: Выполнять вис завесом одной и двумя ногами, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Медведи и пчёлы»</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.
42		Вис согнувшись, вис прогнувшись	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного	Проведение разминки в движении, повторение	Разминка в движении, техника выполнения виса согнувшись и	Знать технику выполнения виса согнувшись и	<p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной коопера-</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

		на гимнастических кольцах		обучения, самоанализа и коррекции действий	техники виса согнувшись и виса прогнувшись на гимнастических кольцах, повторение подвижной игры «Медведи и пчелы».	виса прогнувшись на кольцах, подвижная игра «Медведи и пчелы»	на кольцах, подвижной игры «Медведи и пчелы»	ции, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»	венной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
43		Переворот назад и вперёд на гимнастических кольцах	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки в движении, совершенствование техники выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись на гимнастических кольцах, повторение переворотов назад и вперёд на гимнастических кольцах, проведение подвижной игры «Шмель».	Разминка в движении, вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперёд на гимнастических кольцах, подвижная игра «Шмель»	Знать технику выполнения виса согнувшись, виса прогнувшись, переворотов назад и вперёд на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Шмель»	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты вперёд и назад на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Шмель».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
44		Комбинация на гимнастических кольцах	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, самоанализа и	Разучивание разминки с обручами, разучивание комбинации на гимнастических кольцах	Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социаль-

				коррекции действий	ских кольцах, повторение техники вращения обруча, проведение подвижной игры «Шмель».	ча, подвижная игра «Шмель»	ной игры «Шмель»	Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Выполнять комбинацию на кольцах, вращения обруча, играть в подвижную игру «Шмель»	ной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
45	Вращение обруча	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки с обручами, повторение комбинации на гимнастических кольцах, техника вращения обруча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Выполнять комбинацию на кольцах, вращения обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	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		
46	Варианты вращения обруча	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, самоанализа и коррекции	Разучивание разминки с обручами в движении, контрольная проверка техники вращения	Разминка с обручами в движении, варианты вращения обруча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной		

				действий	ния обруча,	лове»		коммуникации.	вснной отзывчи-	
					знакомство с			Регулятивные:	вости, сочувствия	
					различными			Самостоятельно форму-	другим людям, раз-	
					вариантами			лировать познаватель-	витие самостоя-	
					вращения об-			ные цели, адекватно по-	тельности и личной	
					руча, повто-			нимать оценку взросло-	ответственности за	
					рение подви-			го и сверстников.	свои поступки.	
					жной игры			Познавательные:		
					«Ловишка с			Выполнять различные		
					мешочком на			варианты вращения об-		
					голове».			руча, играть в подвиж-		
								ную игру «Ловишка с		
								мешочком на голове».		
47		Лазанье	Комби	Здоровьесбе-	Повторение	Разминка с об-	Знать, как выпол-	Коммуникативные:	Развитие мотивов	
		по канату	ниро-	режения, ин-	разминки с	ручами в движе-	няются лазанье	С достаточной полно-	учебной деятель-	
		и круго-	ванный	дивидуально-	обручами в	нии, лазанье по	по канату, захват	той и точностью выра-	ности и осознание	
		вая трени-		личностного	движении,	канату, круговая	каната ногами,	жать свои мысли в со-	личностного смыс-	
		ровка		обучения, ко-	проведение	тренировка, по-	круговая трени-	ответствии с задачами и	ла учения, принятие	
				ллективного	лазанья по	движная игра	ровка, правила	условиями коммуни-	и освоение социаль-	
				выполнения	канату, про-	«Ловишка с ме-	подвижной игры	кации, слушать и	ной роли обучаю-	
				задания	ведение кру-	шочком на го-	«Ловишка с ме-	слышать друг друга.	щегося, развитие	
					говой трени-	лове»	шочком на голо-	Регулятивные:	доброжелательно-	
					ровки, провс-		ве»	Определять новый уро-	сти и эмоциональ-	
					дение подви-			вень отношения к само-	но-нравственной	
					жной игры			му себе как субъекту	отзывчивости, раз-	
					«Ловишка с			деятельности, контро-	витие самостоя-	
					мешочком на			лировать процесс и оцс-	тельности и личной	
					голове».			нивать результат своей	ответственности за	
								деятельности.	свои поступки	
								Познавательные:		
								Уметь захватывать ка-		
								нат ногами, лезать по		
								канату, проходить стан-		
								ции круговой трениро-		
								вки, играть в подвиж-		
								ную игру «Ловишка с		
								мешочком на голове».		
48		Круговая	Комби	Здоровьесбе-	Разучивание	Разминка с мас-	Знать, как выпол-	Коммуникативные:	Развитие мотивов	
		трениров-	ниро-	режения, раз-	разминки с	сажными мяча-	няется захват ка-	Слушать и слышать	учебной деятель-	
		ка	ванный	вивающего	массажными	ми в движении,	ната ногами, пра-	друг друга и учителя,	ности и осознание	

					обучения, индивидуального обучения	мячами в движении, проведение круговой тренировки, проведение одной игры по желанию детей, проведение итогов четверти.	круговая тренировка, подвижная игра, проведение итогов	вила прохождения станций круговой тренировки, как выбирать подвижную игру.	находить общее решение практической задачи. Регулятивные: Владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: Лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру.	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
--	--	--	--	--	------------------------------------	--	--	--	---	---	--

3 четверть – 30 часов

Лыжная подготовка											
49			Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникативные, коллективного выполнения задания	Знакомство с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках, посвящённых лыжной подготовке, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.	Организационно-методические требования, ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок.	Выполнять организационно-методические требования на уроках, посвящённых лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок.	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. Познавательные: Пристёгивать крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок.	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.	
50			Повороты переступанием на лыжах без палок	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогика сотрудничества, групповые	Проверка умения пристёгивать крепления, техника по-	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок, техника по-	Знать, как пристёгивать крепления, как выполняются пере-	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отноше-	Понятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических	

		палок		коллективно-	совершенство	ворота пересту-	движения на лы-	ния, работать в группе.	чувств, доброжела-	
				го выполне-	вание техни-	паннем на лы-	жах без палок	Регулятивные:	тельности и эмо-	
				ния задания	ки ступающе-	жах без палок.	ступаящим и	Определять новый уро-	ционально-нравств-	
					го и скользя-		скользящим	вень отношения к само-	венной отзывчиво-	
					шего шага.		шагом. поворот	му себе как субъекту	сти. сочувствия	
					повторение		переступание на	деятельности, контро-	другим людям.	
					техники по-		лыжах без палок.	лировать процесс и оце-		
					ворота пере-			нивать результат своей		
					ступанием на			деятельности.		
					лыжах без па-			Познавательные:		
					лок.			Самостоятельно при-		
								стегивать лыжные крс-		
								пления, передвигаться		
								ступаящим и скользя-		
								щим шагом без палок.		
								выполнять повороты на		
								лыжах переступанием		
								без палок.		
51		Ступаю-	Комби	Здоровьесбе-	Повторение	Работа рук с лы-	Знать, как рабо-	Коммуникативные:	Развитие мотивов	
		лций и	нпро-	режения, пе-	техники ра-	жными палками,	тают руки с лы-	Добывать недостаю-	учебной деятель-	
		скользя-	ванный	дагогика со-	боты рук с	ходьба на лыжах	жными палками.	щую информацию с	ности и осознание	
		лций шаг		трудничества,	лыжными	ступаящим и	как передвига-	помощью вопросов, со-	личностного смыс-	
		на лыжах		развития на-	палками, со-	скользящим	ться ступаящим	трудничать со сверст-	ла учения, развитие	
		с палками		выков обоб-	вершенствова-	шагом как без	и скользящим	никами и взрослыми.	навыков сотрудни-	
				щения и сис-	ние техники	лыжных палок,	шагом как с лы-	Регулятивные:	чества со сверстни-	
				тематизации	ходьбы сту-	так и с ними.	жными палками,	Сохранять заданную	ками и взрослыми в	
				знаний	пающим и		так и без них.	цель, адекватно оцени-	разных социальных	
					скользящим			вать свои действия и де-	ситуациях, форми-	
					шагом на лы-			йствия партнёров.	рование установки	
					жах без па-			Познавательные:	на безопасный и	
					лок, повторе-			Пользоваться лыжными	здоровый образ жи-	
					ние техники			палками, передвигаться	зни.	
					ходьбы сту-			на лыжах ступаящим и		
					пающим и			скользящим шагом как		
					скользящим			без лыжных палок, так		
					шагом на лы-			и с ними.		
					жах с палка-					
					ми.					
52		Горможе-	Комби	Здоровьесбе-	Совершенство	Передвижение	Знать, как пере-	Коммуникативные:	Развитие мотивов	

			ние	пиро-	режения, пе-	вованис тех-	па лыжах ступа-	двигаться на лы-	Устанавливать рабочие	учебной деятель-
			падением	ванный	дагогика со-	ники пере-	ющим и скользя-	жах ступающим	отношения, формиро-	ности и осознание
			на лыжах		грудничества,	движения на	щим шагом с пал-	и скользящим	вать навыки сотрудни-	личностного смыс-
			с палками		проблемного	лыжах с пал-	ками и без пих,	шагом, как выпол-	чества со сверстниками	ла учения, развитие
					обучения	ками и без,	торможение па-	нять торможение	и взрослыми.	навыков сотрудни-
						повторение	дением, подвиж-	ние падением,	Регулятивные:	чества со сверстни-
						техники тор-	пая игра «Салки	правила подвиж-	Осуществлять действие	ками и взрослыми в
						можения па-	на снегу»	ной игры «Салки	по образцу и заданному	разных социальных
						дением, разу-		на снегу»	правилу, сохранять за-	ситуациях, форми-
						чивание по-			данную цель.	рование установки
						движной иг-			Познавательные:	на безопасный и
						ры «Салки на			Передвигаться на лы-	здоровый образ жи-
						снегу»			жах ступающим и ско-	зни.
									льзящим шагом с лыж-	
									ными палками и без	
									них, тормозить падени-	
									ем, играть в подвижную	
									игру «Салки на снегу».	
53			Прохожде	Комби	Здоровьесбер	Совершенство-	Техника перед-	Знать технику	Коммуникативные:	Развитие этических
			нис	виرو-	сжения, про-	вованис тех-	вижения на лы-	передвижения на	С достаточной полно-	чувств, доброжелат-
			дистанции	ванный	блемного	ники пере-	жах, прохожде-	лыжах, как рас-	той и точностью выра-	тельности и эмоци-
			1 км на		обучения, пе-	движения на	нис дистанции 1	считывать свои	жать свои мысли в со-	онально-нравствен-
			лыжах		дагогика со-	лыжах, про-	км па лыжах, по-	силы при прохо-	ответствии с задачами и	ной отзывчивости,
					грудничества	хождение ди-	движная игра	ждении дистан-	условиями коммуника-	сочувствия другим
						станции 1 км	«Салки на сне-	ции 1 км, играть	ции.	людям, формирова-
						на лыжах, по-	гу»	в подвижную иг-	Регулятивные:	ние установки на
						вторение по-		ру «Салки на	Самостоятельно форми-	безопасный и здо-
						движной иг-		снегу»	ровать познавательную	ровый образ жизни.
						ры «Салки на			цель, сохранять задан-	
						снегу».			ную цель.	
									Познавательные:	
									Проходить дистанцию 1	
									км, играть в подвижную	
									игру «Салки на снегу».	
54			Повороты	Комби	Здоровьесбе-	Совершенство-	Передвижение	Знать, как выпол-	Коммуникативные:	Развитие мотивов
			переступа	виро-	режения, кол-	вованис тех-	на лыжах, пово-	няется обгон на	Работать в группе, слу-	учебной деятель-
			нием па	вапный	лективного	ники пере-	роты переступа-	лыжах, поворот	шать и слышать друг	ности и осознание
			лыжах с		выполнения	движения на	нием на лыжах с	переступанием	друга и учителя.	личностного смыс-
			палками и		задания, раз-	лыжах, пов-	палками, техни-	на лыжах с пал-	Регулятивные:	ла учения, развитие
			обгон		вивающего	торение тех-	ка обгона па лы-	ками, как пере-	Осуществлять действие	этических чувств.

				обучения	ники поворо-	жах.	двигаться на лы-	по образцу и заданному	доброжелатель-	
					тов на лыжах		жах.	правилу, сохранять за-	сти и эмоциональ-	
					с палками,			данную цель.	но-нравственной	
					разучивание			Познавательные:	отзывчивости, раз-	
					техники об-			Выполнять обгон на	витие навыков со-	
					гона на лы-			лыжах и поворот пере-	трудничества со	
					жах.			ступанием на лыжах с	сверстниками и	
								палками.	взрослыми в разных	
									социальных ситуа-	
									циях.	
55		Подъём	Комби	Здоровьесбе-	Совершенство-	Лыжные ходы,	Знать, как выпол-	Коммуникативные:	Развитие мотивов	
		на склон	про-	режения, про-	вание тех-	подъём на склон	няются подъём	Сотрудничать в дости-	учебной деятельно-	
		«полужёлоч-	ванный	блемного	ники выпол-	«полужёлочкой»,	на склон «полу-	жении цели со сверст-	сти и осознание ли-	
		кой» и		обучения,	нения лыж-	спуск со склона	ёлочкой» и спуск	никами. слушать и слы-	чностного смысла	
		спуск на		коллективно-	ных ходов,	в основной сто-	со склона в ос-	шать друг друга.	учения, принятие и	
		лыжах		го выполне-	повторение	йке.	новной стойке.	Регулятивные:	освоение социаль-	
				ния заданий	техники по-			Видеть указанную оши-	ной роли обучаю-	
					дъёма «полу-			бку и исправлять её, со-	щегося, развитие	
					ёлочкой», по-			хранять заданную цель.	этических чувств.	
					вторение тех-			Познавательные:	доброжелатель-	
					ники спуска			Спускаться со склона в	сти и эмоциональ-	
					под уклон в			основной стойке и по-	но-нравственной	
					основной			дниматься на склон	отзывчивости, фор-	
					стойке.			«полужёлочкой».	мирование устано-	
									вки на безопасный	
									и здоровый образ	
									жизни.	
56		Подъём	Комби	Здоровьесбе-	Совершенство-	Лыжные ходы,	Знать, как выпол-	Коммуникативные:	Развитие мотивов	
		на склон	про-	режения, раз-	вание тех-	подъём на склон	няются подъём	Сохранять доброжела-	учебной деятель-	
		«ёлочкой»	ванный	вивающего	ники выпол-	«полужёлочкой» и	на склон «ёлоч-	тельное отношение	ности и осознание	
				обучения, са-	нения лыж-	«ёлочкой»,	кой» и «полужёлоч-	друг к другу, установ-	личностного смыс-	
				моапализа и	ных ходов,	спуск со склона	кой», спуск в	ливать рабочие отноше-	ла учения, развитие	
				коррекции	повторение	в основной сто-	основной стойке.	ния.	этических чувств.	
				действий	техники по-	йке.		Регулятивные:	сочувствия другим	
					дъёма на			Осуществлять действие	людям, развитие	
					склон			по образцу и заданному	самостоятельности	
					«полужёлоч-			правилу.	и личной ответст-	
					кой», разучи-			Познавательные:	венности за свои	
					вание техни-			Выполнять подъём «по-	поступки, форми-	
					ки подъёма			лужёлочкой» и «ёлоч-	рование установки	

					на склон «ёлочкой».			кой». спускаться со склона в основной стойке. кататься на лыжах.	на безопасный и здоровый образ жизни.
57	Передвижение на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, проблемного обучения	Совершенствование техники передвижения на лыжах различными ходами, повторение передвижения на лыжах «змейкой», повторение техники подъёма на склон «ёлочкой», совершенствование техники спуска со склона в основной стойке.	Передвижение на лыжах различными ходами и «змейкой», подъём на склон «ёлочкой», спуск со склона в основной стойке.	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как выполняются подъём на склон «ёлочкой» и спуск в основной стойке.	Коммуникативные: Сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «ёлочкой» и спускаться со склона в основной стойке.	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.	
58	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуального обучения, проблемного обучения	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения на лыжах «змейкой», разучивание подвижной игры «Накаты».	Передвижение на лыжах «змейкой», подвижная игра на лыжах «Накаты».	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: Передвигаться на лыжах «змейкой», играть в	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.	

									подвижную игру на лыжах «Накаты»		
59		Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Репродуктивный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание со склона в основной стойке, свободное катание	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах со склона, свободное катание	Знать, как проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, как кататься на лыжах со склона и по лыжне.	Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: Самостоятельно формировать познавательную цель, сохранять заданную цель. Познавательные: Проходить дистанцию 1,5 км на лыжах	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.		
60		Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Повторение ранее изученных лыжных ходов, повторение поворотов передвиганием на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах «змейкой», подъем на склоне «полудёлочкой» и «ёлочкой», спуск со склона в основной стойке, повторение техники подъёма на склон «полудёлочкой», «ёлочкой» и спуска в основной стойке.	Ступающий и скользящий лыжный шаг, повороты переступанием на лыжах, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склоне «полудёлочкой» и «ёлочкой», спуск со склона в основной стойке.	Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться «змейкой», как подниматься на склон «полудёлочкой» и «ёлочкой» и спускаться со склона в основной стойке.	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно принимать оценку взрослого. Познавательные: Передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон «полудёлочкой» и «ёлочкой», спускаться со склона в основной стойке.	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.		
Гимнастика с элементами акробатики											
61		Круговая тренировка	Репродуктивный	Здоровьесбережения, индивидуально-	Разучивание разминки с обручами,	Разминка с обручами, круговая тренировка,	Знать правила прохождения станций круго-	<i>Коммуникативные:</i> Добывать недостающую информацию с	Принятие и освоение социальной роли обучающегося,		

					личностного	проведение	подвижная игра	вой тренировки,	помощью вопросов,	развитие навыков	
					обучения, пе-	круговой	«Вышибалы»	правила подвиж-	сохранять доброжелате-	сотрудничества со	
					дагогика со-	тренировки,		ной игры «Вы-	льное отношение друг к	сверстниками и	
					трудничества	повторение		шибалы»	другу.	взрослыми в разных	
						подвижной			Регулятивные:	социальных ситуа-	
						игры «Выши-			Определять новый уро-	циях, развитие са-	
						балы»			вень отношения к само-	мостоятельности и	
									му себе как субъекту	личной ответствен-	
									деятельности, адекват-	ности за свои по-	
									но оценивать свои дей-	ступки на основе	
									ствия и действия парт-	представлений о	
									нёра.	нравственных нор-	
									Познавательные:	мах, социальной	
									Проходить станции	справедливости и	
									круговой тренировки,	свободе.	
									играть в подвижную иг-		
									ру «Вышибалы».		
Подвижные игры											
62			Подвижная игра «Белочка-защитница»	Репродуктивный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с обручами, совершенствование техники лазанья по гимнастической стенке, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Разминка с обручами, лазанье по гимнастической стенке, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по гимнастической стенке, правила игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: Лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
Лёгкая атлетика											
63			Преодоление полосы препятствий	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки в движении, преодоление полосы препятствий, повторение по-	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	Знать, как проходить полосу препятствий, правила игры «Удочка»	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучаю-	

						движной иг-			<i>Регулятивные:</i>	щегося, развитис
						ры «Удочка»			<i>Владеть средствами са-</i>	этических чувств.
									<i>морегуляции, контро-</i>	доброжелательно-
									<i>лировать процесс и оце-</i>	сти и эмоциональ-
									<i>нивать результат своей</i>	но-нравственной
									<i>деятельности.</i>	отзывчивости.
									<i>Познавательные:</i>	
									<i>Проходить полосу пре-</i>	
									<i>пятствий, играть в под-</i>	
									<i>вижную игру «Удочка».</i>	
64		Усложнё-	Комби	Здоровьесбе-	Проведение	Разминка в дви-	Знать, как прохо-		<i>Коммуникативные:</i>	Развитие мотивов
		нная по-	ниро-	режения, про-	разминки в	жении, услож-	дить усложнё-		<i>Добывать недостаю-</i>	учебной деятель-
		доса пре-	ванный	блемного	движении.	нённая полоса	ную полосу пре-		<i>щую информацию с по-</i>	ности и осознание
		пятствий		обучения, са-	преодоление	препятствий. по-	пятствий. прави-		<i>мощью вопросов, пред-</i>	личностного смыс-
				моанализа и	усложнённой	движная игра	ла подвижной		<i>ставлять конкретное со-</i>	ла учения, принятис
				коррекции	полосы пре-	«Совушка»	игры «Совушка»		<i>держание и сообщать</i>	и освоение социаль-
				действий	пятствий, по-				<i>его в устной форме.</i>	ной роли обучаю-
					вторение по-				<i>Регулятивные:</i>	щегося, развитие
					движной иг-				<i>Владеть средствами са-</i>	этических чувств.
					ры «Совуш-				<i>морегуляции, контро-</i>	доброжелательно-
					ка»				<i>лировать процесс и оце-</i>	сти и эмоциональ-
									<i>нивать результат своей</i>	но-нравственной
									<i>деятельности.</i>	отзывчивости.
									<i>Познавательные:</i>	
									<i>Проходить усложнён-</i>	
									<i>ную полосу препятст-</i>	
									<i>вий, играть в подвиж-</i>	
									<i>ную игру «Совушка».</i>	
65		Прыжок в	Комби	Здоровьесбе-	Разучивание	Разминка с гим-	Знать, как выпол-		<i>Коммуникативные:</i>	Развитие мотивов
		высоту с	ниро-	режения, раз-	разминки с	настическими	няется прыжок в		<i>Представлять</i>	учебной деятель-
		прямого	ванный	вивающего	гимнастичес-	сками, те-	высоту с прямого		<i>ное содержание и сооб-</i>	ности и осознание
		разбега		обучения, са-	кими скамей-	хника прыжка в	разбега. правила		<i>щать его в устной фор-</i>	личностного смыс-
				моанализа и	ками, повто-	высоту с прямо-	подвижной игры		<i>ме, добывать</i>	ла учения, принятис

					коррекционные действия	рение техники прыжка в высоту с прямого разбега.	го разбега, подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	«Бегуны и прыгуны»	<i>недостающую информацию с помощью вопросов.</i>	и освоение социальной роли обучающегося, развитие
						проведение подвижной игры «Бегуны и прыгуны»			<i>Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</i>	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
									<i>Познавательные: Прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</i>	
66		Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекционных действий	Повторение разминки с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту с прямого разбега на результат, подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту на результат, подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега на результат, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»		<i>Коммуникативные: Сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие
									<i>Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</i>	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.

									<i>Познавательные:</i>		
									<i>Прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</i>		
67		Прыжок в высоту спиной вперёд	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки с перевёрнутыми гимнастическими скамейками, техническими скамейками, повторение техники прыжка в высоту спиной вперёд, совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега, разучивание подвижной игры «Салки – дай руку»	Разминка с перевёрнутыми гимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту спиной вперёд и с прямого разбега, подвижная игра «Салки – дай руку»	Знать, как выполняется прыжок в высоту спиной вперёд и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки – дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> <i>Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</i> <i>Регулятивные:</i> <i>Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные:</i>	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 установки на безопасный образ жизни.		
									<i>Прыгать в высоту спиной вперёд и с разбега, играть в подвижную игру «Салки – дай руку»</i>		
68		Контрольный урок по прыжкам в высоту	Контрольный	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Повторение разминки с перевёрнутыми гимнастическими скамейками, совершенствование техники прыжка в высоту	Разминка с перевёрнутыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперёд и с прямого разбега, подвижная игра «Салки	Знать технику выполнения прыжка в высоту, спиной вперёд и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки – дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> <i>Слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</i> <i>Регулятивные:</i> <i>Владеть средствами са-</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе		

						соту спиной – дай руку»			<i>морегуляции, адекватно</i>	представлений о
						вперёд и с			<i>понимать оценку взросло</i>	нравственных нор-
						прямого раз-			<i>лого и сверстника.</i>	мах, социальной
						бега, повто-			<i>Познавательные:</i>	справедливости и
						рение подви-			<i>Выполнять прыжок в</i>	свободе, формиро-
						жной игры			<i>высоту спиной вперёд и</i>	вание установки на
						«Салки – дай			<i>с разбега, играть в под-</i>	безопасный образ
						руку»			<i>вижную игру «Салки –</i>	жизни
									<i>дай руку»</i>	
Подвижные игры										
69			Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки в парах, повторение бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Разминка в парах, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). Регулятивные: Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнёра. Познавательные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
									Выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	
70			Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защит-	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитни-	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Осуществлять действия	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств,

						«снизу», повторение подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	никами»	ками»	по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.
71		Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	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»	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижная игра «Вышибалы»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», правила подвижной игры «Вышибалы»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу Познавательные: Бросать мяч в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», играть в подвижную игру «Вышибалы»	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.	
72		Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки с мячом, повторение техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», разучивание техники ведения мяча	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техника ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, подвиж-	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры «Охотники и утки»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со	

					ния мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, повторение подвижной игры «Охотники и утки»	ная игра «Охотники и утки»		сти, осуществлять действия по образцу и заданному правилу	сверстниками и взрослыми	
								Познавательные: Выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки».		
73	Эстафеты с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники ведения мяча, знакомство с различными вариантами эстафет, повторение подвижной игры «Охотники и утки»	Разминка в движении с мячом, техника ведения мяча, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и утки»	Знать, как проводятся эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча, правила подвижной игры «Охотники и утки»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение сохранять заданную цель. Познавательные: Участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.		
74	Упражнения и подвижные игры с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с мячом в движении, разучивание новых вариантов эстафет с мячом, проведение под-	Разминка с мячом в движении, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и зайцы»	Знать, как участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Проектировать траектории развития через	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств,		

						вижной игры			включение в новые ви-	доброжелательно-	
						«Охотники и зайцы»			ды деятельности и фор-	сти и отзывчивости,	
									мы сотрудничества.	развитие самостоя-	
									Познавательные:	тельности и личной	
									Участвовать в эстафе-	ответственности за	
									тах с мячом, играть в	свои поступки.	
									подвижную игру «Охо-		
									тники и зайцы».		
Лёгкая атлетика											
75			Знакомство с мячами-хопами	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки с резиновыми кольцами, знакомство с прыжками на мячах-хопах, разучивание подвижной игры «Ловишка на хопах»	Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хопах»	Знать, что такое мячи-хопы, как на них прыгать, правила игры «Ловишка на хопах»	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах».	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.	
76			Прыжки на мячах-хопах	Репродуктивный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с резиновыми кольцами, повторение техники прыжков на мячах-хопах, повторение под-	Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хопах»	Знать, как выполняются прыжки на мячах-хопах, правила игры «Ловишка на хопах»	Коммуникативные: Владеть навыками речевого отображения (описание, объяснение), слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Осуществлять действия	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.	
						рение подвижной игры «Ловишка на хопах»			по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах».	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни.	
Подвижные игры											
77			Круговая	Репро-	Здоровьесбе-	Разучивание	Разминка в дви-	Знать правила	Коммуникативные:	Развитие этических	

			тренировка	дуктивный	режения, педагогика сотрудничества, коллективного выполнения задания	разминки в движении, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	женин, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками».	прохождения станций круговой тренировки, правила игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: Проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности.
78			Подвижные игры	Репродуктивный	Здоровьесбережения, педагогика сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Проведение разминки с мячом, совершенствование техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», проведение 2-3 подвижных игр по жела-	Разминка с мячом, техника бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижные игры.	Знать технику бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», как выбирать подвижные игры и играть в них	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: Владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.	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
						нию учеников.			Познавательные: Выполнять броски в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», выбирать подвижные игры и играть в них.	ситуаций

4 четверть – 24 часа

79			Броски мяча	Комбинированный	Здоровьесбережения, раз-	Разучивание разминки с	Разминка с мячами, техника	Знать, как выполняются броски	Коммуникативные: Эффективно сотрудни-	Развитие мотивов учебной деятель-
----	--	--	-------------	-----------------	--------------------------	------------------------	----------------------------	-------------------------------	--	-----------------------------------

			через волейбольную сетку	ванный	вивающего обучения, индивидуально-личностного обучения	мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Забросай противника мячами»	броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами»	мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	чать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами».	ности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты.
80			Броски мяча через волейбольную сетку на точность	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Повторение разминки с мячами, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку на точность, разучивание подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). Регулятивные: Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оце-	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и сочувствия другим людям.
									нивать свои действия и действия партнёра. Познавательные: Выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель».	
81			Броски мяча через волей-	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного	Разучивание разминки с мячом в парах	Разминка с мячом в парах, техника броска	Знать технику бросков мяча через волейболь-	Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, эффективно	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

			большую сетку с дальних дистанций		обучения, педагогики сотрудничества	рах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, повторение подвижной игры «Точно в цель»	мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра «Точно в цель»	ную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: Выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель».	личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.
82			Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвиж-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций.

									ную игру «Вышибалы через сетку»	
83			Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки с мячом, проведение контрольных бросков мяча через сетку на дальность и точность.	Разминка с мячом, контрольные броски мяча через сетку на дальность и точность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как проходит контрольный урок по броскам мяча через сетку на дальность и точность, правила игры «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: Адекватно понимать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной

						повторение подвижной игры «Вышибалы через сетку»			оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять контрольные броски мяча через волейбольную сетку на дальность и точность, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	
Лёгкая атлетика											
84			Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча от груди и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, техника броска набивного мяча от груди и «снизу», подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как выполняются броски набивного мяча от груди и «снизу», правила игры «Точно в цель».	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: Бросать набивной мяч 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, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в	

										разных социальных ситуациях.	
85			Бросок набивного мяча из-за головы на дальность	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки с набивным мячом, совершенствование техники бросков набивного мяча от груди и	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, подвижная игра «Точно в цель»	Знать, технику броска набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель».	Коммуникативные: Сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Видеть указанную ошибку и исправлять её, со-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоя-	

						«снизу», разучивание техники броска набивного мяча из-за головы, повторение подвижной игры «Точно в цель»			хранять цель. Познавательные: Бросать набивной мяч от груди, «снизу», из-за головы, играть в подвижную игру «Точно в цель».	льности и личной ответственности за свои поступки.	
Гимнастика с элементами акробатики											
86			Тестирование виса на время	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	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»	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование виса на время, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования виса на время, правила подвижной игры «Точно в цель».	Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль. Познавательные: Выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	
87			Тестирование наклона вперёд из положения сидя	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование наклона вперёд из положения сидя, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперёд из положения сидя, подвижная игра «Точно в цель»	Знать правила тестирования наклона вперёд из положения сидя, правила подвижной игры «Точно в цель».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со	

									Познавательные:	сверстниками.	
									Проходить тестирова-		
									ние наклона вперёд из		
									положения сидя, играть		
									в подвижную игру «То-		
									чно в цель».		
Лёгкая атлетика											
88			Тестирова- ние прыж- ка в длину с места	Контро- льный	Здоровьесбе- режения, са- моанализа и коррекции действий, ра- звития навы- ков самоди- агностики	Разучивание разминки, на- правленной на подготов- ку к прыжкам в длину, тес- тирование прыжка в длину с мес- та, проведе- ние подви- жной игры «Собачки»	Разминка, на- правленная на подготовку к прыжкам в дли- ну, тестирование прыжка в длину с места, подви- жная игра «Со- бачки»	Знать правила те- стирования пры- жка в длину с ме- ста, правила по- движной игры «Собачки»	Коммуникативные: Эффективно сотрудни- чать и способствовать продуктивной коопера- ции, представлять конк- ретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Определять новый уро- вень отношения к само- му себе как к субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: Проходить тестирова- ние прыжка в длину с места, играть в подви- жную игру «Собачки»	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо- ционально-нравст- венной отзывчиво- сти, сочувствия другим людям, раз- витие самостояте- льности и личной ответственности за свои поступки, раз- витие навыков со- трудничества со сверстниками.	
Гимнастика с элементами акробатики											
89			Тестирова- ние подтягива- ния на	Контро- льный	Здоровьесбе- режения, са- моанализа и коррекции	Разучивание разминки, на- правленной на развитие	Разминка, на- правленная на развитие коор- динации движе-	Знать правила те- стирования под- тягивания на ни- зкой перекладине	Коммуникативные: Эффективно сотрудни- чать и способствовать продуктивной коопера-	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо- ционально-нравст-	
			низкой переклади- не из виса лёжа согнувши сь		действий, ра- звития навы- ков самоди- агностики	координации движений, тес- тирование подтягивания на низкой пе- рекладине из виса лёжа сог- нувшись, по- вторение по- движной иг-	ний, тестиرو- вание подтяги- вания на низкой перекладине из виса лёжа согну- вшись, подвиж- ная игра «Собач- ки»	из виса лёжа сог- нувшись, прави- ла подвижной иг- ры «Собачки»	ции, представлять конк- ретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Определять новый уро- вень отношения к само- му себе как к субъекту деятельности, адекватно понимать оценку	венной отзывчиво- сти, сочувствия другим людям, раз- витие самостояте- льности и личной ответственности за свои поступки на основе представ- лений о нравствен- ных нормах, социа-	

						ры «Собачки»			взрослого и сверстника. Познавательные: Проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись, играть в подвижную игру «Собачки»	льной справедливости и свободе.
90			Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 1 мин, разучивание подвижной игры «Земля, вода, воздух»	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 1 минуту, подвижная игра «Земля, вода, воздух»	Знать правила тестирования подъёма туловища из положения лёжа за 1 минуту, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: Определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: Проходить тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 1 1 минуту, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, 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.
Лёгкая атлетика										
91			Техника метания на точность (разные предметы)	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, коллективно-го выполнения задания	Разучивание разминки с мешочками, повторение различных вариантов метания и бросков на точность, проведение	Разминка с мешочками, различные варианты метания и бросков на точность, подвижная игра «Земля, вода, воздух»	Знать, как выполнять различные варианты метания и бросков на точность, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	Коммуникативные: <i>Слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</i> Регулятивные: <i>Контролировать процесс и оценивать результаты своей деятельности</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за

						подвижной игры «Земля, вода, воздух»			<i>сти, владеть средствами</i>	свои поступки на
									<i>саморегуляции и рефле- ксии деятельности.</i>	основе представле- ний о нравствен- ных нормах, социа- льной справедли- вости и свободе.
									<i>Познавательные: Правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точ- ность, играть в подви- жную игру «Земля, во- да, воздух».</i>	
92		Тестирова- ние мета- ния мало- го мяча на точность	Контро- льный	Здоровьесбе- режения, са- моанализа и коррекции действий, ра- звития навы- ков самоди- агностики	Повторение разминки с мешочками, тестирование метания ма- лого мяча на точность, проведение подвижной игры «Лови- шка с мешоч- ком на голо- ве».	Разминка с ме- шочками, тести- рование метания малого мяча на точность, подви- жная игра «Ло- вишка с мешо- чком на голове»	Знать правила те- стирования мета- ния малого мяча на точность, пра- вила подвижной игры «Ловишка с мешочком на го- лове»	<i>Коммуникативные: Представлять конкре- тное содержание и со- общать его в устной фо- рме, обосновывать свою точку зрения и до- казывать собственное мнение.</i>	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо- ционально-нравст- венной отзывчиво- сти, сочувствия другим людям, раз- витие самостояте- льности и личной ответственности за свои поступки на основе представле- ний о нравствен- ных нормах, социа- льной справедли- вости и свободе.	
									<i>Регулятивные: Определять новый уро- вень отношения к само- му себе как к субъекту деятельности, адекват- но понимать оценку взрослого и сверстника.</i>	
									<i>Познавательные: Проходить тестирова- ние метания малого мя- ча на точность, играть в подвижную игру «Ло- вишка с мешочком на голове»</i>	

Подвижные игры

93		Подвиж- ные игры для зала	Репро- дукти- вный	Здоровьесбе- режения, пе- дагогика со-	Разучивание разминки с гимнастическ	Разминка с гим- настическими палками, тесты и	Знать различные подвижные игры, правила сдачи	<i>Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, устанавли-</i>	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо-
----	--	---------------------------------	--------------------------	--	---	---	---	--	--

									<i>взрослого и сверстника.</i>	льной справедливости и свободе, фо	
									<i>Познавательные:</i>	рмирование установок на безопасный образ жизни.	
									<i>Проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Хвостики»</i>		
Подвижные игры											
98			Подвижная игра «Хвостики»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разучивание беговой разминки, разучивание различных вариантов подвижной игры «Хвостики», повторение игры малой подвижности «Совушка»	Беговая разминка, различные варианты подвижной игры «Хвостики», подвижная игра «Совушка»	Знать варианты подвижной игры «Хвостики», правила подвижной игры «Совушка»	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции. Познавательные: Играть в различные варианты подвижной игры «Хвостики», в игру малой подвижности «Совушка».	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.	
99			Подвижная игра «Воробьи-вороны»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки на месте, разучивание подвижной игры «Воробьи – вороны», повторение подвижной игры «Хвостики»	Разминка на месте, подвижные игры «Воробьи – вороны», «Хвостики»	Знать правила подвижных игр «Воробьи – вороны» и «Хвостики»	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Самостоятельно формулировать познавательные цели, находить не-	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 сверстни-	

									обходимую информа- цию.	ками и взрослыми.	
									Познавательные:		
									Играть в подвижные иг- ры «Хвостики» и «Во- робьи – вороны»		
Лёгкая атлетика											
100			Бег на 1 000 м	Контроль- ный	Здоровьесбе- режения, самоанализа и коррекции действий, раз- вития навы- ков самоди- агностики	Разучивание разминки, на- правленной на развитие гибкости, проведение бега на 1 000 м, повторе- ние подви- жной игры «Воробьи – вороны»	Разминка, на- правленная на развитие гибко- сти, бег на 1 000 м, подвижная игра «Воробьи – вороны»	Знать, как рас- пределять свои силы, чтобы про- бежать 1 000 м без отдыха, пра- вила подвижной игры «Воробьи – вороны»	Коммуникативные: Эффективно сотрудни- чать и способствовать продуктивной коопера- ции, сохранять добро- желательное отношение друг к другу. Регулятивные: Осуществлять итоговый контроль, сохранять за- данную цель. Познавательные: Пробежать 1 000 м без отдыха, играть в подви- жную игру «Воробьи – вороны».	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо- ционально-нравст- венной отзывчиво- сти, сочувствия другим людям, раз- витие самостоя- тельности и личной ответственности за свои поступки на основе представле- ний о нравствен- ных нормах, социа- льной справедли- вости и свободе, фо- рмирование уста- новки на безопас- ный образ жизни.	
Подвижные игры											
101			Подвиж- ные игры с мячом	Репро- дукти- вный	Здоровьесбе- режения, про- блемного обучения, развития на- выков обоб- щения и сис- тематизации знаний	Проведение разминки с помощью учеников, проведение 2- 3 подвижных игр с мячом по желанию учеников, приём тестов у должников	Разминка с по- мощью учени- ков, 2-3 подвиж- ные игры, тести- рование	Знать упражне- ния для разми- нки, подвижные игры с мячом, правила тестиро- вания	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, находить общее решение прак- тической задачи, орга- низовывать и осуще- ствлять совместную де- ятельность. Регулятивные: Владеть средствами са- морегуляции, сотру- дничать в совместном решении учебных за- дач. Познавательные: Подбирать разминоч-	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмо- ционально-нравст- венной отзывчиво- сти, развитие навы- ков сотрудниче- ства со сверстниками и взрослыми в раз- ных социальных си- туациях, умение не создавать конфли- кты и находить вы- ходы из спорных ситуаций.	

									ные упражнения, выбирать подвижные игры с мячом, проходить тестирование	
102		Подвижные игры	Репродуктивный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с помощью учеников, проведение 2-3 подвижных игр по желанию учеников, подведение итогов года.	Разминка с помощью учеников, подвижные игры, подведение итогов года	Подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
								Регулятивные: Владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.		
								Познавательные: Подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры и играть в них.		

№ пп	дата	Тема урока
1		Организационно- методические указания
2		Тестирование бега на 30м с высокого старта
3		Техника челночного бега
4		Тестирование челночного бега 3x10м
5		Техника метания мешочка на дальность
6		Тестирование метания мешочка на дальность
7		Упражнения на развитие координации движений
8		Физические качества
9		Техника прыжка в длину с разбега
10		Прыжок в длину с разбега
11		Прыжок в длину с разбега на результат
12		Подвижные игры
13		Тестирование метания малого мяча на точность
14		Тестирование наклона вперед из положения стоя
15		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с
16		Тестирование прыжка в длину с места
17		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись
18		Тестирование виса на время
19		Подвижная игра «Кот и мыши»
20		Режим дня
21		Ловля и броски малого мяча в парах
22		Подвижная игра «Осада города»
23		Броски и ловля мяча в парах
24		Частота сердечных сокращений, способы ее измерения
25		Ведение мяча
26		Упражнения с мячом
27		Подвижные игры
28		Кувырок вперед
29		Кувырок вперед с трех шагов
30		Кувырок вперед с разбега
31		Усложненные варианты выполнения кувырка вперед
32		Стойка на лопатках, мост
33		Круговая тренировка
34		Стойка на голове
35		Лазанье и перелезание по гимнастической стенке
36		Различные виды перелезаний
37		Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине
38		Круговая тренировка
39		Прыжки в скакалку
40		Прыжки в скакалку в движении
41		Круговая тренировка
42		Вис согнувшись, вис прогнувшись
43		Кувырок вперед, назад
44		Кувырок вперед назад
45		Вращение обруча
46		Круговая тренировка
47		Подвижные игры
48		Подвижные игры
49		Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок
50		Повороты переступанием на лыжах без палок
51		Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками
52		Торможение падением на лыжах с палками

53		Прохождение дистанции 1 км на лыжах
54		Повороты переступанием на лыжах с палками на обгон
55		Подъем «полуелочкой» и спуск под уклон на лыжах
56		Подъем на склон «елочкой»
57		Передвижение на лыжах змейкой
58		Подвижная игра на лыжах «накаты»
59		Прохождение дистанции 1,5 км
60		Контрольный урок по лыжной подготовке
61		Круговая тренировка
62		Подвижная игра «Белочка-защитница»
63		Преодоление полосы препятствий
64		Усложненная полоса препятствий
65		Прыжок в высоту с прямого разбега
66		Прыжок в высоту с прямого разбега на результат
67		Прыжок в высоту спиной вперед
68		Контрольный урок по прыжкам в высоту
69		Броски и ловля мяча в парах
70		Броски мяча в баскетбольное кольцо способом снизу
71		Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»
72		Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо
73		Эстафеты с мячом
74		Упражнения и игры с мячом
75		Знакомство с мячами – хопами
76		Прыжки на мячах – хопах
77		Круговая тренировка
78		Подвижные игры
79		Броски мяча через волейбольную сетку
80		Броски мяча через волейбольную сетку на точность
81		Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций
82		Подвижная игра «Вышибалы через сетку»
83		Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку
84		Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»
85		Бросок набивного мяча из-за головы на дальность
86		Тестирование вися на время
87		Тестирование наклона вперед из положения стоя
88		Тестирование прыжка в длину с места
89		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись
90		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с
91		Техника метания на точность (разные предметы)
92		Тестирование метания малого мяча на точность
93		Подвижные игры для зала
94		Беговые упражнения
95		Тестирование бега на 30м с высокого старта
96		Тестирование челночного бега 3x10м
97		Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность
98		Подвижная игра «Хвостики»
99		Подвижная игра «Воробьи-вороны»
100		Бег на 1000м
101		Подвижные игры с мячом
102-103		Подвижные игры

Перечень учебно-методического обеспечения

1. «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы», В.И.Лях, А.А.Зданевич; Москва: «Просвещение», 2010 г.
2. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И.Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
3. «Подвижные игры 1- 4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2007.
4. «Зимние подвижные игры 1- 4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2009.
5. Лях В.И. Твой друг – физкультура. 1- 4 кл. Просвещение. 2005 г.
6. «Поурочные разработки по физической культуре» А.Ю, Патрикеев. Москва. «ВАКО»2014