

Республика Карелия
Муниципальное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа № 29 им. Сепсяковой Т.Ф.»
(МОУ «Средняя школа № 29»)



Утверждаю:
Директор школы
Г.Г. Сталевская
Пр. № 360 от «29» 12 2021 г.

**Рабочая программа учебного предмета
«Физическая культура»
адаптированной основной общеобразовательной
программы начального общего образования
для обучающихся с ОВЗ
(вариант 5.2)
1 - 4 класс**

Срок освоения
4 год

Разработчики программы:
Черных С.Н.
Лукина А.А.
Зайцева С.С.

Обсуждена и согласована
на заседании МО
№ 3 от «20» 12 2021 г.

Принята
На педагогическом совете
Протокол № 19 от «29» 12 2021 г.

Петрозаводск
2021 г.

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для детей с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР) и ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Целью учебной программы с учетом особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой посредством освоения двигательной деятельности, усвоение содержания учебного предмета и достижение обучающимися результатов изучения в соответствии с требованиями, установленными Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования.

Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний, двигательных навыков и умений, коррекция нарушений общего физического развития психомоторики, содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Данная рабочая программа по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями направлена на укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, формирование у них общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности в соответствии с принятыми нравственными и социокультурными ценностями, овладение учебной деятельностью — усвоение определённых знаний по физической культуре и охране здоровья, двигательных умений и навыков, формирование приёмов деятельности, необходимых для коррекции недостатков развития детей, испытывающих трудности в процессе обучения.

Содержание программы отражает требования ФГОС НОО для обучающихся с ОВЗ и учитывает психофизические особенности развития, особые образовательные потребности и индивидуальные возможности обучающихся с тяжёлым нарушением речи.

Адаптированная рабочая программа по физической культуре предусматривает дифференциацию образовательного материала, то есть отбор методов, средств, приёмов, заданий, упражнений, соответствующих уровню психофизического развития, на практике обеспечивающих усвоение обучающимися образовательного материала.

Для обеспечения системного усвоения знаний по предмету осуществляется:

- усиление практической направленности изучаемого материала;
- выделение сущностных признаков изучаемых явлений;
- опора на жизненный опыт ребенка;
- опора на объективные внутренние связи в содержании изучаемого материала в рамках предмета;
- соблюдение необходимости и достаточности при определении объема изучаемого материала;
- активизация познавательной деятельности обучающихся;
- формирование школьно-значимых функций, необходимых для решения учебных

Адаптированная программа начального общего образования по физической культуре для 1-4 классов составлена с учетом следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (редакция от 02.06.2016, с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);

– Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373, с изменениями и дополнениями).

– Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 №1598 (далее – ФГОС НОО для детей с ОВЗ)).

– Адаптированная основная образовательная программа (АООП) начального общего образования обучающихся с тяжелым нарушением речи (ТНР) (вариант 5.2);

– Учебного плана МОУ «Средняя школа № 29»;

Физическая культура является составной частью всей системы работы с детьми с ОВЗ (вариант 5.2). Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением. Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка.

Рабочая учебная программа предназначена для обучающихся 1-4 классов с ОВЗ (вариант 5.2) и составлена с учётом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня двигательного развития и возможностей.

Срок реализации рабочей учебной программы - 4 года.

Цель курса:

Укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, коррекция и компенсация нарушений физического развития, развитие двигательных возможностей в процессе обучения.

Задачи:

- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
- развитие у обучающихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;
- преодолевать нарушения физического развития и моторики, пространственной организации движений;
- укреплять и развивать сердечно-сосудистую и дыхательную системы, опорно-двигательный аппарата;
- содействовать формированию у обучающихся правильной осанки;
- готовить обучающихся к выполнению легкоатлетических и гимнастических упражнений, играм;
- научить основным видам двигательных действий и выполнению их в различных по сложности условиях, развивать необходимые для этого двигательные качества;
- воспитывать нравственные качества, волю, дисциплинированность, организованность и самостоятельность.

Специфика программы

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных ценностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы: индивидуализация и дифференциация процесса обучения; коррекционная направленность обучения; оптимистическая перспектива; комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий. У многих детей имеются нарушения со стороны физического и психического развития, а также нарушения моторики, поэтому необходимо разбираться в

структурах дефекта ребенка; знать причины, вызвавшие ограничения в состоянии здоровья; уровень развития двигательных возможностей, характер двигательных нарушений.

Виды и формы организации учебного процесса

Реализация уроков осуществляется на основе оздоровительной и коррекционно-воспитательной направленности каждого урока. Уроки по физической культуре проводятся в помещении, а также на свежем воздухе при соблюдении санитарно-гигиенических требований.

Место учебного предмета в учебном плане

В 1 классе рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» разработана на 99 часов (33 учебные недели по 3 часа в неделю), во 2-4 классах на 102 часов в год (34 учебные недели по 3 часа в неделю).

Содержание рабочей программы

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений.

Программа состоит из следующих основных разделов:

Физическая подготовка. Включает в себя подразделы: дыхательные упражнения, основные положения и движения; упражнения для формирования правильной осанки, ритмические упражнения, построение и перестроение; ходьба и бег; прыжки, броски, ловля, передача предметов, переноска груза; лазание, перелезание, подлезание.

Коррекционные подвижные игры. Включает в себя подвижные ролевые игры, игры-эстафеты и элементы спортивных игр и спортивных упражнений: баскетбол, волейбол, футбол.

Занятия на открытом воздухе зимой включают в себя подразделы: ходьба и бег по снегу и скользким поверхностям, основы передвижения на лыжах.

В каждый раздел программы дополнительно включены игры, которые подбираются так, чтобы они могли способствовать усвоению учебного материала, содействовали развитию нравственных качеств, а также служили средством коррекции различных моторных нарушений.

Объем каждого раздела программы рассчитан на то, чтобы за отведенное количество часов учащиеся могли овладеть основой двигательных навыков и умений.

Преподавание предмета «Физическая культура» в 1-4 классах имеет **целью** сообщать знания по физической культуре, формировать двигательные навыки и умения, содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики обучающихся, а также их воспитанию.

Содержание учебного предмета

Физическая подготовка	Дыхательные упражнения	Глубокий вдох через нос и выдох через рот. Правильное дыхание в ходьбе с имитацией (например: «Паровоз» - чу, чу, чу – выдох; «Самолет» - у, у, у – выдох; «Жук» - ж - ж - ж – выдох)
	Основные положения и движения	Повторение и закрепление основных положений и движений, пройденных в предыдущем классе, с увеличением амплитуды движений и изменением темпа выполнения. Вращение головой - «колобок». Поочередное и одновременное сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке, затем на другой. Выделение пальцев. Круговые движения кистью. Положение рук: вперед, вверх, в стороны, на пояс, перед грудью, за голову, к плечам - движение рук из данных положений. Помахивание руками, отведенными в стороны, «Птицы летят, машут крыльями». Наклоны вперед с поворотами. Наклоны в стороны - «Насос». Движения прямой ногой: вперед, в стороны, назад, с касанием пола носком, затем пяткой. Поднимание на носки и перекат на пятки. Приседания на полной ступне, ноги на ширине плеч.
	Упражнение для формирования правильной осанки	Принять правильную осанку стоя и сидя по инструкции и при контроле учителя. Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке до 5-7 сек. Ходьба с сохранением правильной осанки, руки за спину.
	Ритмические упражнения	Прохлопывание простого ритмического рисунка. Выполнение упражнения в медленном темпе под музыку.
	Построение и перестроение	Изучение, повторение и закрепление построения в колонну и шеренгу в нарисованных фигурах-ориентирах на полу. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Построение в одну шеренгу. Равнение по черте. Перестроение шеренги в круг, взявшись за руки. Понятие «право» и «лево». Правая и левая рука и нога. Выполнение движений по командам с показом направления учителем: «Становись!», «Встать!», «Сесть!», «Шагом марш!», «Бегом марш!», «Стой!» «Повернулись!».
	Ходьба и бег	Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носках. Ходьба с различным положением рук: на поясе, за голову. Ходьба по кругу, взявшись за руки, быстрый и медленный бег по подражанию. Чередование бега с ходьбой
	Прыжки	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Прыжки вверх на двух ногах с доставанием предмета. Спрыгивание с высоты 20-30 см
	Броски, ловля, передача предметов, переноска груза	Элементарные движения руками, ногами, туловищем с удерживанием мяча в руках. Передача мяча из руки в руку. Помахивание флажками над головой и в ходьбе. Наклоны туловища вперед и приседание с опусканием флажков на пол. Броски и ловля мяча от учителя к ученику. Передача большого мяча в колонне. Переноска 3-4 гимнастических палок, двух мячей, флажков и других мелких предметов. Коллективная переноска гимнастической скамейки и мата под руководством и с помощью учителя.
	Лазание, перелезание, подлезание	Лазание по гимнастической стенке вверх и вниз до пятой рейки, приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25 см. Перелезание

		через препятствие высотой до 70 см. Пролезание через обруч, стоящий вертикально на высоте 30-50 см. Подлезание под препятствие на четвереньках («Конь», «Козел», «Бревно»). Перешагивание через гимнастическую палку. Перешагивание через барьер высотой 40 см.
Подвижные игры	Коррекционные подвижные игры	Повторение и закрепление игр, пройденных в первом классе. «Пузырь» - перестроение из тесного круга в широкий, взявшись за руки. «Сделай фигуру» («Вот так поза»). Во время бега по команде замереть в различных позах. «Найди свой цвет». Дети разбиты на две группы, у каждой группы свой цвет флажка. Дети свободно бегают. У учителя два разноцветных флажка. Он ставит руки с флажками в стороны и дает команду для построения групп с той стороны, где флажок их цвета. «Веревоочный круг» («Береги руки»). Учащиеся держатся за веревку. Водящий старается ударить играющих по рукам. Игроки убирают руки и снова берутся за веревку. «Поймай комара». У учителя палочка с веревочкой, на конце которой картонный комар. Учитель двигает палочкой. Игроки подпрыгивают, стараясь поймать комара. «Лошадки» - лошадка, кучер - бег парами.
Элементы спортивных игр и спортивных упражнений	Баскетбол, волейбол, футбол, кольцеброс	Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Броски мяча двумя руками в «бочку» (напольную цилиндрическую цель с диаметром 50-70 см и высотой 1-1,2 м) или кольцо закрепленное на высоте 1,2 м. Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Бросок волейбольного мяча способом «от груди». Футбол. Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарем). Кольцеброс. Понятие линии броска. Бросание колец диаметром не менее 20 см на колышки с дистанции до 1,5 м
Занятия на открытом воздухе зимой	Основы лыжной подготовки	Ходьба и бег по снегу. Ходьба шагом по горизонтальной скользкой поверхности. Подъем и спуск шагом по наклонной скользкой поверхности. Ходьба на лыжах с объездом препятствий, поворотами и спиной вперед. Подъем в горку. Техника безопасности при нахождении на горке и спуске. Спуск с горы 10м на лыжах без палок. Узнавание лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам с помощью взрослого: удержание лыжи, поднесение носка лыжного ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки.

Разделы программы

Разделы программы	Распределение нагрузки по классам (час.)			
	1	2	3	4
Теоретическая подготовка	2	2	2	2
Подвижные игры с элементами спортивных игр	30	29	28	25
Гимнастика	24	18	19	23
Занятия на открытом воздухе	18	20	20	17
Лёгкая атлетика	25	33	33	35
Всего часов:	99	102	102	102

Дополнительные задачи реализации содержания (коррекционная работа):

Основная идея программы по физической культуре состоит в том, что наряду с обеспечением общеобразовательной подготовки для обучающихся с заиканием она включает коррекционную работу в соответствии с требованиями, разработанными в ФГОС ОВЗ, направленную на:

реализацию комплексной помощи обучающимся с нарушениями речевого развития, относящимся к категории детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ);

коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии обучающихся, а также на их социальную адаптацию;

формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.

Формирования основных представлений о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации.

Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;

Формирование умений поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

Развитие умений включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна.

Формирование умения следить за своим физическим состоянием, развитием основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Развитие кинестетической и кинетической основы движений. Преодоление дефицитарности психомоторной сферы.

Развитие информативной, регулятивной, коммуникативной функций речи в процессе занятий физической культурой.

Коррекционные задачи решаются на каждом уроке, на каждом спортивном празднике или мероприятии, в процессе всего учебного года.

В данной программе по сравнению с программой массовой школы ограничены упражнения на скорость, выносливость и силу, уменьшены дисциплины в беге и т.д. дополнительно введен раздел дыхательных упражнений, которыми следует пользоваться на протяжении всего курса обучения. Особое внимание следует уделять дыхательным упражнениям в сочетании с различными движениями рук, ног, туловища, направленными на улучшение координации движения.

На уроках ведется работа над правильным речевым дыханием (развитие просодической стороны речи). Применяются специальные упражнения на выработку сильной воздушной струи. Например: передувание теннисного шарика с одной половины теннисного стола на другую, удержание струей воздуха теннисного шарика вверху над головой, продвижение шарика при помощи выдыхания воздуха по гимнастической скамейке и т.д. Воспитанники обучаются выполнять дыхательные упражнения разными способами: грудное и диафрагмальное дыхание, медленное и быстрое, поверхностное и глубокое.

Известно, что у детей с речевыми нарушениями отмечается выраженная в разной степени общая моторная недостаточность, а также отклонение в развитии пальцев рук. Ученые давно установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Особое внимание следует уделять упражнениям, направленным на развитие мелкой моторики. Рекомендуются стимулировать речевое развитие детей путем тренировки движений пальцев рук.

Для развития мелкой моторики рук на уроках используется разнообразный спортивный инвентарь: скакалки, гимнастические палки, малые (теннисные) мячи, кольца, палочки, флажки, утяжеленные ракетки и мешочки.

Хорошие результаты по развитию тонкой моторики рук показывают упражнения с мячами разными в диаметре и из различных материалов и текстуры. Через мышечное чувство, зрительную и тактильную чувствительность в процессе действий ребенок учится сравнивать предметы, осуществлять простейшие операции анализа и синтеза, обогащать свой конкретно-чувственный опыт.

У детей с недостаточной сформированностью мелкой моторики рук освоение предметных действий вызывает значительные трудности. В зависимости от индивидуальных возможностей ребенка и этапа работы над освоением движений можно варьировать характер манипуляций с предметами (перекладывание, подбрасывание, ловля, жонглирование и т.д.), темп работы и степень ее сложности, количество одновременно задействованных предметов, организацию урока. Обязательно включаем работу двумя руками – поочередно – правой или левой и вместе обеими руками.

Проводятся разнообразные игры и упражнения по формированию сложно координированных движений рук. Хорошую тренировку движений пальцев обеспечивают пальчиковые игры. Они очень эмоциональные и простые. Пальчиковые игры как бы отражают объективную реальность окружающего мира – предметов, животных, людей, их деятельность, а также процессы, происходящие в природе. В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатываются ловкость, умения управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Для формирования тонких движений рук, совершенствования двигательных навыков, развития моторных координаций и оптико-пространственных представлений важно использовать различные формы спортивных занятий: отдельные упражнения, комплексы упражнений, игры, эстафеты, соревнования и т.д.

Кроме коррекционных упражнений обязательно включаем в работу корригирующие упражнения на воспитание правильной осанки и на укрепление мышц спины и живота.

Занятия и отдельные упражнения корригирующей направленности используются для «подтягивания» отстающих качеств и совершенствования телосложения; основным содержанием этих занятий являются соответствующие упражнения и специальные комплексы упражнений (например: комплекс ОРУ по коррекции осанки). Физические упражнения корригирующей направленности представляют собой упражнения преимущественно локального воздействия (например: упражнения для развития мышц кисти, мышц спины, мышц пресса и т.д.).

Регулирование нагрузки при выполнении корригирующих упражнений может осуществляться за счет изменения количества повторений упражнения и количества подходов при повторном его выполнении; изменения продолжительности выполнения упражнения и времени отдыха между их выполнением; изменением величины внешних отягощений и скорости выполнения упражнения; изменением амплитуды и траекторий движений, входящих в

упражнение. Контроль за регулированием нагрузки в процессе занятий осуществляется с помощью частоты сердечных сокращений и самочувствия. При оптимальной величине нагрузки выполненного упражнения частота сердечных сокращений восстанавливается к концу первой минуты отдыха; при оптимальной величине нагрузки не отмечается появление слабости и нарушение координации движений, болевых ощущений в мышцах и обильного потоотделения.

Большинство занятий должны проводиться на открытом воздухе. Особенно это важно при наличии в группе детей с ослабленной общей физической подготовкой и различными заболеваниями.

Все обучающиеся на основании медицинского обследования делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную.

К основной группе относятся обучающиеся, не имеющие отклонения в физическом развитии состоянии здоровья, а также школьники с незначительными отклонениями в состоянии здоровья при условии достаточной физической подготовки.

В подготовительную группу зачисляются обучающиеся, имеющие незначительные отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья, без существенных функциональных изменений, с недостаточной физической подготовленностью.

Обучающиеся, имеющие в состоянии здоровья значительные отклонения постоянного или временного характера, относятся к **специальной группе (СМГ)** и от участия в соревнованиях, выполнения учебных нормативов школьники СМГ освобождаются. Для них организуются занятия во внеурочное время, которые проводятся при поликлиниках по месту жительства со специальной программой медицинскими работниками.

Временное освобождение от уроков физической культуры допускается лишь с разрешения врача.

Обучающиеся, освобожденные от занятий физическими упражнениями, обязаны присутствовать на уроках физической культуры.

Формы организации учебных занятий:

- индивидуальная;
- парная;
- фронтальная;
- групповая;
- коллективная.

**Планируемые личностные и метапредметные результаты освоения
учебного предмета «Физическая культура».**

Планируемые результаты	
Личностные	Метапредметные
1-4 класс	
<p>1) сознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;</p> <p>2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;</p> <p>3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;</p> <p>4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;</p> <p>5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;</p> <p>6) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;</p> <p>7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</p> <p>8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-</p>	<p>1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;</p> <p>2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;</p> <p>3) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</p> <p>4) использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;</p> <p>5) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения.</p> <p>6) оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;</p> <p>7) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать</p>

нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

11) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

12) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

8) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

9) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

11) овладение некоторыми базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета, курса

Планируемые результаты	
Предметные	
Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
Знания о физической культуре.	
<ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма; - раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие; - ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость и различать их между собой); - организовывать места занятий физическими упражнениями, подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. <p>Способы физкультурной деятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> - отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами; - организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками; - измерять показатели физического развития (рост и массу тела) и физической 	<ul style="list-style-type: none"> • выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью; • характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности. <ul style="list-style-type: none"> • вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; • целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

<p>подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.</p> <p>Физическое совершенствование.</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); - оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); - выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств, готовиться к выполнению норм ГТО; - выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); - выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладине, гимнастической скамейке); - выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча различного веса); - выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности. 	<ul style="list-style-type: none"> • выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах. • сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; • выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации; • играть в баскетбол, волейбол по упрощенным правилам; • выполнять технически-правильно легкоатлетические упражнения.
---	--

Формы контроля

Тестирование развития физических качеств и уровня освоения двигательных навыков.

Материально-техническое обеспечение

Для обучающихся:

- Учебник: «Мой друг-физкультура» 1-4 класс: В.И. Лях. – М. Просвещение.

Пособие для педагога:

Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура».

- Лях В.И., Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс Москва «Веко» 2016.

Дополнительная литература для обучающихся:

- Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

Электронные образовательные ресурсы:

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования. <http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>
2. Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet-su/dir/fiz_kultura/9
3. Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>

**Тематическое планирование по физической культуре
1 класс (102 часов)**

№ п/п	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		
			Предметные	Метапредметные	Личностные
1	2	3	4		
1.	Инструктаж по технике безопасности на уроках по физической культуре. Инструктаж по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики. Организационно-методические указания на уроках физической культуры.	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ловишка».	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в подвижную игру «Ловишка».	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. <i>Познавательные:</i> объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре.	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
2.	Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Повороты направо и налево. Строевые команды «равный», «мирно». Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка».	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта.	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину.
3.	Техника челночного бега.	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные прыжки».	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега.	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила подвижной игры «Прерванные прыжки».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности.
4.	Тестирование челночного бега 3x10 м.	Удержание дистанции. Строевые команды «равный», «мирно». Разминка на месте;	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять раз-	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и освоение

7.	Русская народная подвижная игра «Горелки».	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайся», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания и равновесия.	Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки».	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях.
8.	Олимпийские игры.	Рассказ об Олимпийских играх - символика и традициях. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики».	Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
9.	Что такое физическая культура?	Рассказ о физической культуре. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики».	Знать, что такое физическая культура. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

13.	Тестирование метания малого мяча на точность.	Разминка с мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Два Мороза».	Знать, как проводится разминка с мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила подвижной игры «Два Мороза».	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Результативные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза».	жизни. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
14.	Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Два Мороза». Упражнение на запоминание временного отрезка.	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»; уметь запомнить десятисекундный отрезок времени.	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
15.	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Волк во рву». Упражнение на запоминание	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»; уметь запоминать десятисе-	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <i>Результативные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> уметь рассказать о	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной

18.	Тестирование виса на время.	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Охотник и зайцы».	Знать, как проводится разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы».	<p><i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
19.	Стихотворное сопровождение на уроках.	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка».	Знать, как проводится разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка».	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделить и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
20.	Ловля и броски мяча в парах.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города».	Знать, как проводится разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города».	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;

				<p>наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города».</p>	<p>отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
23.	Школа укрощения мяча.	Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибаль».	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибаль».	<p><i>Коммуникативные:</i> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранить доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправить ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибаль».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
24.	Подвижная игра «Ночная охота».	Разминка с мячом. Упражнения с ведением, бросками, перебрасыванием. Подвижная игра «Ночная охота».	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.</p>
25.	«Глаза закрывай - упражнение начнай!».	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение броски, ловля, подбрасывание. Подвижная игра	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по-	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств,</p>

				закрытыми глазами.	ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности.
29.	Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики. Перекаты.	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка».	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной игры «Удочка».	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, здоровый образ жизни.
30.	Разновидности перекатов.	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка».	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты, их виды, правила игры «Удочка».	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни.
31.	Техника выполнения кувырка вперед.	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка».	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Удочка».	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения; принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной

				игру «Волшебные слочки».	личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни.
35.	Стойка на голове. Знать технику выполнения.	Разминка на матах. Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение.	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове.	<p><i>Коммуникативные:</i> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнить разминку на матах, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
36.	Лазанье по гимнастической стенке.	Разминка на матах. Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение.	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах, технику выполнения стойки на голове.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><i>Регулятивные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на матах, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание голове, проводить игровое.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
37.	Перелезание на гимнастической стенке.	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед. Игровое упражнение.	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове.	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><i>Регулятивные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных

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

		воробушки».		<p>субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p>ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>
46.	Вращение обруча.	<p>Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p>Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>
47.	Обруч - учимся им управлять.	<p>Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p>Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Результативные:</i> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>
48.	Круговая тренировка.	<p>Разминка. Круговая тренировка. Подвижные игры.</p>	<p>Знать правила проведения круговой тренировки.</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания</p>

51.	Повороты переступанием на лыжах без палок.	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот, переступание на лыжах без палок.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок; технику поворота на лыжах без палок.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
52.	Ступающий шаг на лыжах с палками.	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, а также ступающего шага с палками.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> уметь сохранить заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувством других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
53.	Скользящий шаг на лыжах с палками.	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками.	<i>Коммуникативные:</i> формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранить заданную цель. <i>Познавательные:</i> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, скользящим шагом с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувством других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
54.	Поворот переступанием на лыжах с палками.	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками.	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лы-	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> формировать умение сохранить заданную цель; адекватно оценивать свои действия и	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувством других людей; развитие

		склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на	технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками.	отношения. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <i>Познавательные:</i> уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками. Уметь выполнять разминку на лыжах перед забегом.	сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
58.	Скользкий шаг на лыжах «змейкой».	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»; упражнение в метании на точность.	Знать, как выполняется скользкий шаг на лыжах «змейкой»; знать вариант биатлонного упражнения.	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> уметь передвигаться «змейкой» на лыжах и метать на точность.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
59.	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах.	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание.	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1,5 км.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <i>Познавательные:</i> уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
60.	Контрольный урок по лыжной подготовке.	Ступающий и скользкий шаг как с лыжными палками, так и без них; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой»; торможение падением.	Узнать, как проводится занятия по лыжной подготовке.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в индивидуальной и групповой работе. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

				<p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».</p>	<p>поступки на основе представлений о нравственных нормах подвижную игру «Белочка-защитница».</p>
64.	<p>Прохождение усложненной полосы препятствий.</p>	<p>Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница».</p>	<p>Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница».</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.</p>
65.	<p>Техника прыжка в высоту с прямого разбега.</p>	<p>Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны».</p>	<p>Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны».</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>
66.	<p>Прыжок в высоту с прямого разбега. Техника выполнения.</p>	<p>Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны».</p>	<p>Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны».</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самоворрекции. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной</p>

70.	Броски и ловля мяча в парах.	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел».	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел».	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> адекватно оценивать свои действия и разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества в разных социальных ситуациях, развитие навыков сотрудничества самостоятельности и личной ответственности за свои
71.	Ведение мяча.	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки».	<p><i>Коммуникативные:</i> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
72.	Ведение мяча в движении.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты.	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	<p><i>Коммуникативные:</i> формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.

76.	Броски мяча через волейбольную сетку.	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку.	<p>игры и участвовать в них</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты.
77.	Точность бросков мяча через волейбольную сетку.	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность.	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты.
78.	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».	<p><i>Коммуникативные:</i> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

82.	Подвижная игра «Точно в цель».	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Точно в цель».	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель».	<i>Коммуникативные:</i> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений. <i>Регулятивные:</i> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу, играть в подвижную игру «Точно в цель».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни.
83.	Тестирование вися на время.	Разминка с малыми мячами. Тестирование вися на время. Подвижная игра «Точно в цель».	Знать, как проводится тестирование вися на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель».	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с малыми мячами, тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Точно в цель».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
84.	Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки».	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки».	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
85.	Тестирование прыжка в длину с места.	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. По-	Знать, как проводится тестирование прыжков в длину, как играть в	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

				контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность.	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
89.	Тестирование метания малого мяча на точность.	Разминка с мешочками. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове».	Знать, как проводится тестирование метания малого мяча на точность, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».	<i>Коммуникативные:</i> сохранить доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <i>Результативные:</i> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с мешочками, славать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
90.	Подвижные игры для зала.	Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие.	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть.	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения. <i>Результативные:</i> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
91.	Беговые упражнения. Техника безопасности во время бега.	Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Колдунчики».	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдунчики».	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Результативные:</i> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.

	игра «Хвостик».	ная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостик» и «Совушка».	координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостик» и «Совушка».	друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Результативные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостик» и «Совушка».	деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
96.	Русская народная подвижная игра «Горелки».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц».	Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц».	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц».	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях.
97.	Командные подвижные игры.	Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостик» и «День и ночь».	Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда. Уметь играть в подвижную игру «Хвостик».	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостик» и «День и ночь».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
98.	Подвижные игры с мячом.	Разминка в движении. Подвижные игры «Вышибаль», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом».	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибаль», «Игра в птиц с мячом».	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и фор-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со

				подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц».	сверстниками и взрослыми в различных ситуациях.
102.	Подвижные игры.	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов учебного года.	Знать, как выбирать подвижные игры, как подводить итоги учебного года.	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения. <i>Регулятивные:</i> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. <i>Познавательные:</i> уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.

**Тематическое планирование по физической культуре
2 класс (102 часов)**

№ п/п	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		
			<i>Предметные</i>	<i>Метапредметные</i>	<i>Личностные</i>
1	2	3	4		
1	Вводный инструктаж. Техника безопасности на уроках физической культуры.	Как вести себя в спортивном зале? Что такое строй, шеренга? Цели: познакомить с правилами поведения в спортивном зале; учить слушать и выполнять команды	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Равнейсь!», «Вольно!», «В одну шеренгу становись!».	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общезнаковые</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: <i>коммуникативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно- эстетическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

2	<p>Развитие силовых способностей и прыгучести. Прыжки с места и с разбега. П/и «Тише едешь, дальше будешь».</p>	<p>Какой должна быть форма? Как прыгать вверх на месте? Как стать выносливым? Что такое колонна? Цели: Учить выполнять команды: «Смирно!», «Равняйся», построение в шеренгу, колонну; учить контролировать состояние своего здоровья; фиксировать информацию об изменениях в организме; выполнять прыжки вверх на месте, на одной, двух ногах, - соблюдая правила безопасности во время приземления</p>	<p>Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Равняйся!», «Вольно!», «В одну шеренгу становись!». Усваивать основные понятия и термины в беге «Обычным бегом», «Змейкой». Осваивать технику прыжковых упражнений.</p>	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение.</p>	<p>Смыслообразование - адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)</p>
3	<p>Высокий старт. Техника выполнения прыжков в длину (с места).</p>	<p>Какой должна быть форма? Как прыгать вверх на месте? Как стать выносливым? Что такое колонна? Цели: Учить выполнять команды: «Смирно!», «Равняйся», построение в шеренгу, колонну; учить контролировать состояние своего здоровья; фиксировать информацию об изменениях в организме; выполнять прыжки вверх на месте, на одной, двух ногах, - соблюдая правила безопасности во время приземления. П/и «По местам».</p>	<p>Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Равняйся!», «Вольно!», «В одну шеренгу становись!». Усваивать основные понятия и термины в беге «Обычным бегом», «Змейкой». Осваивать технику прыжковых упражнений.</p>	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение.</p>	<p>Смыслообразование - адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)</p>

4	<p>Развитие координационных способностей. Эстафеты. Бег 30 метров.</p>	<p>Какой должна быть форма? Как прыгать вверх на месте? Как стать выносливым? Что такое колонна? Цели: Учить выполнять команды: «Смирно!», «Равняйся», построение в шеренгу, колонну; учить контролировать состояние своего здоровья; фиксировать информацию об изменениях в организме. Специальные беговые упражнения. П/и «Платочек».</p>	<p>Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Равняйся!», «Вольно!», «В одну шеренгу становись!». Осваивать основные понятия и термины в беге «Обычным бегом», «Змейкой». Осваивать технику прыжковых упражнений.</p>	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные: общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение.</p>	<p>Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)</p>
5	<p>Развитие скоростных способностей. Бег 30, 60 метров. Прыжок в длину с места.</p>	<p>Что такое старт? Как бегать на скорость? Техника безопасности при беге Цели: учить легкоатлетическим упражнениям – челночному бегу; эстафетному бегу, старту на короткие дистанции. П/и «Вызов номеров».</p>	<p>Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Соблюдать правила Т.Б. при выполнении беговых упражнений. Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные действия в группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.</p>	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные: общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p>Нравственно-эстетическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>

6	Развитие скоростной выносливости.	<p>Что такое старт? Как бегать на длинную дистанцию? Техника безопасности при беге</p> <p>Цели: учить легкоатлетическим упражнениям. Бег 1000 метров. П/и «День и ночь».</p>	<p>Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.Описывать технику беговых упражнений.Осваивать технику бега различными способами.Соблюдать правила Т.Б. при выполнении беговых упражнений.Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений.Осваивать универсальные действия в группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.</p>	<p>Регулятивные:<i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.Познавательные:<i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач.Коммуникативные:<i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p><i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
7	Развитие скоростно-силовых способностей. Метание в горизонтальную и вертикальную цель.	<p>Специальные беговые упражнения.</p> <p>Цели: учить легкоатлетическим упражнениям. Техника метания. П/и «Делай наоборот».</p>	<p>Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.Описывать технику беговых упражнений.Осваивать технику бега различными способами.Соблюдать правила Т.Б. при выполнении беговых упражнений.Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений.Осваивать универсальные действия в группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.</p>	<p>Регулятивные:<i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.Познавательные:<i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач.Коммуникативные:<i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p><i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
8	Развитие координационных способностей. Челночный бег 4х9 на результат. Метание	<p>Что такое физкультурная деятельность? Как корректировать технику бега?</p>	<p>Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.Различать и</p>	<p>Регулятивные:<i>планирование</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат.Познавательные:<i>общеучебные</i></p>	<p><i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-</i></p>

	теннисного мяча.	Цели: Показать роль физкультуры в жизни человека; учить правильной технике челночного бега; учить метанию малого мяча с места, из положения стоя боком в направлении метания, на точность, на дальность.	выполнить строевые команды: «Разойдись!», «В одну колонну становись!», «В одну шеренгу становись!». Выявлять различия в основных способах передвижения человека. Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения упражнений в метании. Соблюдать правила Т.Б. при метании малого мяча	– выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	эстетическая ориентация – проявление доброжелательности
9	Развитие силовой выносливости. Бег 1000м. без учета времени.	Что такое физкультурная деятельность? Как корректировать технику бега? Цели: Показать роль физкультуры в жизни человека; учить правильной технике бега на дистанции в 1000м. Полоса препятствий с бегом, ходьбой, прыжками.	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Разойдись!», «В одну колонну становись!», «В одну шеренгу становись!». Выявлять различия в основных способах передвижения человека. Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых упражнений. Соблюдать правила Т.Б. при выполнении беговых упражнений	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-эстетическая ориентация – проявление доброжелательности
10	Развитие координационных способностей. Бег змейкой, по прямой. Прыжки на двух ногах	Что такое физкультурная деятельность? Каковы организационные приемы прыжков? Как корректировать технику бега? Цели: Показать роль физкультуры в жизни человека; учить правильной технике бега в медленном темпе и	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Разойдись!», «В одну колонну становись!», «В одну шеренгу становись!». Выявлять различия в основных	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-эстетическая ориентация – проявление доброжелательности

		переходу на шаг; учить выполнять прыжки на двух ногах на месте с поворотом на 90 градусов с продвижением вперед.	способах передвижения человека. Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений. Соблюдать правила Т.Б. при выполнении беговых упражнений		
11	Развитие скоростно-силовых способностей. Метание.	ОРУ с теннисным мячом. Специальные беговые упражнения. Цель: учить разнообразным прыжкам и многоскокам. Метание малого мяча в цель. П/и «Делай наоборот».	Научиться выполнять легкоатлетические упражнения; правильно принимать положение перед прыжком и после приземления	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – вести устный диалог по технике прыжка	Самоопределение – принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело
12	Урок – игра «Самый меткий»	Что такое метание? Цели: Ознакомить с режимом дня; учить метанию мяча в цель и на дальность	Составлять индивидуальный режим дня. Осваивать технику метания малого мяча. Описывать технику выполнения метательных упражнений	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы.	Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.
13	Развитие силовой выносливости. Кроссовая подготовка.	Режим дня. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков. Цели: Ознакомить с режимом дня; учить бегу на дистанцию 1000м без учета времени	Составлять индивидуальный режим дня. Осваивать технику бега на длинные дистанции. Описывать технику выполнения старта при беге на 1000 метров.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, формулировать свою позицию	Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.

14	Физическая культура, как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями.	Инструктаж по подвижным играм. Цели: знания о физической культуре. Физическая культура, как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями.	Составлять индивидуальный режим дня. Осваивать формы занятий физическими упражнениями. Описывать технику выполнения физических упражнений, счет	Регулятивные: <i>целенаправленность</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. <i>Познавательные: общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> – задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.
15	Мозг и нервная система.	Зависимость деятельности всего организма от состояния нервной системы. Цели: дать знание о работе мозга и нервной системы	Получать представления о работе головного мозга и нервной системы	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать результаты. <i>Познавательные: общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения.	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях
16	Развитие координационных способностей при передаче мяча	ОРУ с гимнастическими палками. Обучение броску баскетбольного мяча способом из-за головы. П/и «Передай мяч».	Проявлять качества ловкости в упражнениях с мячом. Осваивать передачу и прием мяча в различных направлениях	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать результаты. <i>Познавательные: общеучебные</i>	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях
17	Ловля и передача мяча двумя руками из разных положений	Что такое утренний заряд? Какие бывают мячи и игры с мячом? Цели: дать знание о влиянии утренней зарядки на самочувствие и работоспособность человека, учить ловле мяча двумя руками.	Проявлять качества ловкости в упражнениях с мячом	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать результаты. <i>Познавательные: общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения.	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях
18	Урок – игра «Самый ловкий»	Что такое личная гигиена? Что такое ловкость. Цели: провести беседу о личной гигиене; учить ловить мяч двумя руками от стены, от пола с дополнительными движениями – поворотом	Давать оценку своему уровню личной гигиены. Проявлять качества ловкости в игровых упражнениях с малым мячом. Демонстрировать вариативное выполнение	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – следи за способом действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <i>Познавательные: общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и	<i>Смыслообразование</i> – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в

		вокруг себя, приседанием.	упражнений с ловлей мяча.	оценивать процесс в результате своей деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения.	разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение.
19	Прыжковые упражнения. Развитие ловкости.	Что такое личная гигиена? Что такое ловкость. Цели: провести беседу о личной гигиене; прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. П/и «Лисы и куры», «Зайцы в огороде»	Давать оценку своему уровню личной гигиены. Проявлять качества ловкости в игровых упражнениях с малым мячом. Демонстрировать вариативное выполнение упражнений с ловлей мяча.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения.	Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-эстетическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение.
20	Развитие ориентирования в пространстве. И/п «Платочек»	Как научить ориентироваться в пространстве? Цель: учить правильно выполнять упражнения	Научиться характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.	Смыслообразование – мотивация, Самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость. Самоопределение – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки.
21	Развитие ориентирования в пространстве. И/п «Жмурки»	Что с собой представляла физкультурная деятельность в истории Древнего мира? Цели: познакомить с физкультурной деятельностью древних народов. Ориентирование в пространстве без зрительного контроля	Сравнивать физкультурную деятельность Древнего мира с современной физической культурой; называть движения, которые выполняли первобытные люди; осваивать бег на скорость из различных исходных положений.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания.	Самоопределение – осознание своей этнической принадлежности. Нравственно-этическая ориентация – уважительное отношение к истории и культуре других народов.
22	Метание на точность. П/и «Эхо»	Какова роль физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью? Что	Научиться определять признаки положительного влияния зарядки на организм и успехи в учебе; осваивать двигательные действия.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – узнавать, называть и определять объекты и	Самоопределение – готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения.

		такое зарядка? Какие качества развивает подвижная игра? Цель: учить выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки дома, игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	составляющие содержание подвижных игр	явления в соответствии с содержанием учебного материала. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
23	Развитие внимания. Метание мяча в парах по неподвижной мишене. П/и «Точный расчет»	Какова роль физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью? Что такое зарядка? Какие качества развивает подвижная игра? Цель: учить выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки дома, игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Научиться определять признаки положительного влияния зарядки на организм и успехи в учебе; Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – проявление доброжелательности
24	Развитие скоростно-силовых способностей. П/и «Удочка»	Что такое подвижная игра? Цель: учить выполнять легкоатлетическое упражнение «бег на короткое расстояние» командные действия во время игры.	Научиться: подчинять свои интересы интересам команды; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> – использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению. <i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
25	Развитие скоростно-силовых способностей. П/и «Вызов номеров»	Что такое подвижная игра? Цель: развивать координационные способности, ловкость, глазомер и точность при	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время упражнений и подвижных игр с б/б мячом. Осваивать	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> – вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – определять, где	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)

		выполнении упражнений с мячом.	технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.	применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	
26	Развитие координационных способностей. Упражнения на гимнастической скамейке.	Как правильно работать с гимнастической скамейкой? Цель: развивать координационные способности, ловкость, глазомер и точность при выполнении упражнений.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время упражнений со скамейкой. Осваивать технические действия со гимнастическим снарядам. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> – вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
27	Эстафеты и игры с мячом.	Как правильно и точно выполнять передачу и прием мяча? Цель: развивать координационные способности, ловкость, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время упражнений и подвижных игр с б/б мячом. Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> – вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
28	Упражнения с малым мячом в парах. П/и «Два мяча».	Как правильно и точно выполнять передачу и прием мяча? Цель: учить ведению мяча одной рукой, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Научиться осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности; осваивать ведение б/б мяча.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях.

				во взаимодействии для решения задач.	
29	Ведение мяча в парах, в колоннах. П/н «Перелет птиц»	Как правильно вести баскетбольный мяч? Цель: учить ведению мяча одной рукой, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	Научиться осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности; осваивать ведение б/б мяча.	Регулятивные: <i>целенаправленность</i> – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные: общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения задач.	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях.
30	Овладение элементарными умениями при прыжках через скакалку. П/н «Летает, не летает».	Как правильно выполнять прыжки через скакалку? Цель: учить ориентироваться в пространстве.	Научиться осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности; осваивать прыжки через скакалку	Регулятивные: <i>целенаправленность</i> – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные: общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения задач.	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях.
31	Прыжки через скакалку. П/н «Море волнуется раз».	Как правильно выполнять прыжки через скакалку? Цель: учить ориентироваться в пространстве.	Научиться понимать, как выполнять поставленную задачу и соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Регулятивные: <i>целенаправленность</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные: общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
32	Комплексное развитие координационных способностей. Элементы метания малого мяча в горизонтальную цель.	Какие существуют построения? Цель: учить правильно вставать в шеренгу по кругу и размыкаться на вытянутые руки. Учить выполнять комбинации из освоенных элементов техники переброски мяча.	Научиться выполнять по образцу нестандартное построение по кругу, организующие строевые команды и приемы	Регулятивные: <i>целенаправленность</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. <i>Познавательные: общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности
33	Метание малого мяча способом из-за головы в горизонтальную цель.	Какие существуют построения? Цель: учить правильно вставать в шеренгу по кругу и	Научиться выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники	Регулятивные: <i>целенаправленность</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <i>Познавательные: общеучебные</i> –	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных

		размыкаться на вытянутые руки. Учить выполнять комбинации из освоенных элементов техники переброски мяча.	безопасности.	контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: управление коммуникацией – осуществлять взаимный контроль	ситуаций.
34	Ведение мяча. Ловля и передача мяча.	Как ловить, передавать и вести мяч? Цель: ловля и передача мяча в парах, удар об пол мяча в движении, ловля мяча после подбрасывания.	Научиться выполнять различные варианты ловли мяча. Осваивать ведение мяча.	Регулятивные: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: общеучебные – использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы и обращаться за помощью.	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки.
35	Упражнения с баскетбольным мячом. П/и «Играй, играй, мяч не теряй»	Как ловить, передавать и вести мяч? Цель: ловля и передача мяча в парах, удар об пол мяча в движении, ловля мяча после подбрасывания и отскока об пол.	Научиться: выполнять различные варианты ловли мяча.	Регулятивные: целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии решения задач.	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.
36	Реакция на летящий мяч. П/и «Мяч водящему».	Как ловить, передавать и вести мяч? Цель: ловля и передача мяча в парах, удар об пол мяча в движении, ловля мяча после подбрасывания и отскока об пол.	Научиться: Корректировать движение при ловле и передаче мяча	Регулятивные: целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии решения задач.	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры.
37	Упражнения с мячами в подвижных играх. П/и «У кого меньше мячей?», «Мяч в обруч».	Как ловить, передавать и вести мяч? Цель: ловля и передача мяча в парах, удар об пол мяча в движении, ловля мяча после подбрасывания и отскока об пол.	Научиться: Корректировать движение при ловле и передаче мяча	Регулятивные: осуществление учебных действий – использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: общеучебные – применить правила и пользоваться инструкциями. Коммуникативные: управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	<i>Самоопределение</i> – проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой
38	Развитие кондиционных и координационных способностей. П/и	Какие существуют танцевальные позиции? Цель: ОРУ с элементами	Научиться: Показывать элементарные танцевальные движения, двигаться под	Регулятивные: планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе успешной деятельности и

	«Догони свою пару».	знакомых танцевальных шагов, V-степ, двойной шаг, поворот прыжком.	ритм.	реализации. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника.	показателей результатов.
39	Элементы танцевальных шагов. П/н «Фигуры».	Какие существуют танцевальные позиции? Цель: шаг польки, шаг голова.	Научиться: Показывать элементарные танцевальные движения, двигаться под ритм.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – проявление доброжелательности
40	Развитие ловкости при броске мяча в корзину. П/н «Ноги от земли».	Как бросать мяч в корзину? Цель: учить правильному положению рук при броске мяча в корзину.	Научиться: правильно вести мяч без потерь; Определять: роль и значение уроков физической культуры.	Регулятивные: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать свои затруднения. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения.	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях.
41	Ведение мяча в движении. П/н «Угадай, чей голосок?»	Как развивать ловкость? Цель: учить выполнять ведение мяча на месте и в движении.	Научиться: правильно вести мяч без потерь; Определять: роль и значение уроков физической культуры.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь.	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.

42	Игровые задания на овладение командными навыками. П/и «Деревья и люди»	Какие упражнения способствуют развитию ловкости и координации? Цель: учить ведению мяча в движении, подбрасывание и отбивание мяча.	Научиться: применять в игре защитные действия.	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. <i>Познавательные: общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> – строить для партнера понятные высказывания.	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач.
43	Упражнения в парах с волейбольными мячами. П/и «охотники и утки».	Какова поэтапность при обучения упражнениям в парах с волейбольными мячами? Цель: учить подбрасывать и отбивать мяч.	Научиться: применять в игре защитные действия; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения. <i>Познавательные: общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> – строить для партнера понятные высказывания.	<i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению.
44	Ловля и передача мяча. Ведение мяча. П/и «Веселые эстафеты с мячом».	Как правильно передать и принять мяч? Цель: учить выполнять ловлю, передачу и ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге.	Научиться: взаимодействие с партнером.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. <i>Познавательные: общеучебные</i> – контролировать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.
45	«Веселые старты с мячом».	Как правильно передать и принять мяч? Цель: учить выполнять ловлю, передачу и ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге.	Научиться: взаимодействие с партнером.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. <i>Познавательные: общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

46	Беседа: «Пища и питательные вещества».	Какие вещества необходимы для роста организма и для пополнения затраченной энергии, получаемые с пищей? Цель: Познакомить обучающихся с питательными веществами.	Научиться: давать ответы на вопросы к рисункам.	Регулятивные: <i>планирование</i> – составлять план и последовательность действий. Познавательные: <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию из различных источников. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся к саморазвитию
47	Беседа: «Знания о физической культуре».	Какова история зарождения лыжного спорта? Каково практическое применение лыж? Как учиться ходить на лыжах? Цель: познакомить с историей зарождения ходьбы на лыжах и практическим применением лыж.	Знать: Требования к лыжной подготовке, отвечать на вопросы по теме. Познакомиться с историей зарождения лыжного спорта.	Регулятивные: <i>оценка</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, строить высказывания.	<i>Смыслообразование</i> – эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.
48	Т/б на уроках по лыжной подготовке. Тренировка в построении с лыжами в руках и на лыжах, переноска лыж, одевание лыж.	Какова подготовка спортивного инвентаря для занятий на лыжах? Цель: учить подгонять лыжный инвентарь (надевать ботинки, вставлять в крепление, правильно подбирать лыжные палки)	Научиться: надевать лыжные ботинки, вставлять в крепления и правильно подбирать лыжные палки; характеризовать роль и значение прогулок на свежем воздухе	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> – осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
49	Переноска лыж и палок.	Какова подготовка спортивного инвентаря для занятий на лыжах? Цель: учить подгонять лыжный инвентарь (надевать ботинки, вставлять в крепление, правильно подбирать лыжные палки)	Научиться: надевать лыжные ботинки, вставлять в крепления и правильно подбирать лыжные палки; характеризовать роль и значение прогулок на свежем воздухе	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> – осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
50	Освоение навыков ходьбы на лыжах. Повторение ступающего шага.	Каков должен быть температурный режим занятий на лыжах? Каковы правила построения и передвижения на лыжах?	Научиться определять температурный режим. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможность получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: <i>информационные</i> – получать и	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных

		Цель: повторить ступающий шаг. Ходьба и повороты приставными шагами.	подготовкой. Научиться строиться в шеренгу и колонну с лыжами, передвигаться ступающим шагом; соблюдать правила поведения во время занятий лыжами.	обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать свое мнение и позицию.	ситуаций и находить выходы.
51	Передвижение скользящим шагом, без помощи палок. П/н «Прыгаем до елки».	Каков должен быть температурный режим занятий на лыжах? Каковы правила построения и передвижения на лыжах? Цель: познакомить обучающихся с правилами выхода на занятия лыжной подготовкой, учить правильному построению с лыжами и переходу к месту занятий. Обучить обучающихся скользящему шагу без палок.	Научиться определять температурный режим. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Научиться строиться в шеренгу и колонну с лыжами, передвигаться к месту занятий; соблюдать правила поведения во время занятий лыжами	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать свое мнение и позицию.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы.
52	Повороты переступанием на месте, вокруг носков и пятки лыж. П/н «день и ночь».	Каковы правила поворотов переступанием на месте. Цель: Учить выполнению поворотов на месте, поэтапно. Что такое «Ступающий шаг», скользящий шаг? Цель: учить первому этапу в освоении передвижения на лыжах без палок.	Научиться выполнять повороты на лыжах; Осваивать поочередный подъем носков лыж и прижимание пятки, совершая передвижения вперед; научиться скользить на одной лыже	Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание	<i>Смыслообразование</i> – адаптированная мотивация учебной деятельности.

53	<p>Развитие координационных способностей при ходьбе на лыжах. Прохождение дистанции 700 метров.</p>	<p>Каковы правила поворотов переступанием на месте. Цель: Учить выполнению поворотов на месте, поэтапно. Что такое «Ступающий шаг», скользящий шаг? Цель: учить первому этапу в освоении передвижения на лыжах без палок.</p>	<p>Научиться выполнять повороты на лыжах; Осваивать поочередный подъем носков лыж и прижимание пятки, совершая передвижения вперед; научиться скользить на одной лыже, проходить дистанцию 700 метров скользящим шагом.</p>	<p>Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание</p>	<p><i>Смыслообразование</i> – адаптированная мотивация учебной деятельности.</p>
54	<p>Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции 1000 метров.</p>	<p>Каковы правила поворотов переступанием на месте. Цель: Учить выполнению поворотов на месте, поэтапно. Что такое «Ступающий шаг», скользящий шаг? Цель: учить первому этапу в освоении передвижения на лыжах без палок.</p>	<p>Научиться выполнять повороты на лыжах; Осваивать поочередный подъем носков лыж и прижимание пятки, совершая передвижения вперед; научиться скользить на одной лыже, проходить дистанцию 1000 метров скользящим шагом.</p>	<p>Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание</p>	<p><i>Смыслообразование</i> – адаптированная мотивация учебной деятельности.</p>
55	<p>Передвижение скользящим шагом с палками. Прохождение дистанции 700 метров.</p>	<p>Как передвигаться скользящим шагом с палками? Цель: учить выполнять передвижения на лыжах, правильному толчку во время скольжения.</p>	<p>Научиться выполнять упражнение толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук, проходить дистанцию 700 метров скользящим шагом.</p>	<p>Регулятивные: <i>коррекция</i> – выносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; <i>оценка</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: <i>общеучебные</i> – получать и обрабатывать информацию; Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия.</p>	<p><i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.</p>

56	<p>Движение ступающим шагом в подъем 5-8 градусов, спуск в основной и средней стойках.</p>	<p>Каковы правила преодоления маленьких склонов, встречающихся на дистанции? Как учиться удерживать равновесие на спуске? Цель: учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения; учить выполнять передвижения на лыжах, удерживать равновесие на спуске в средней стойке</p>	<p>Осваивать передвижение на лыжах, преодолевая маленькие склоны, встречающиеся на дистанции. Научиться передвигаться на лыжах; выполнять спуск в основной, средней стойках, не падая на снег.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером</p>	<p><i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.</p>
57	<p>Обучение подъему различными способами. Торможение падением и палками.</p>	<p>Каковы правила преодоления маленьких склонов, встречающихся на дистанции? Как учиться удерживать равновесие на спуске? Цель: учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие склоны на пути движения; учить выполнять передвижения на лыжах, удерживать равновесие на спуске в средней стойке</p>	<p>Осваивать передвижение на лыжах, преодолевая маленькие склоны, встречающиеся на дистанции. Научиться передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером</p>	<p><i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.</p>
58	<p>Эстафеты с применением скользящего шага, преодолением подъема на небольшое возвышение.</p>	<p>Каковы правила надевания, снятия и переноски лыж в школу? Каковы правила быстрого снятия и одевания лыж и палок в экстремальных условиях? Цель: Учить быстро и правильно надевать и снимать лыжи и палки, соблюдать правила транспортировки лыж; то же, но в экстремальных условиях. Корректировка техники продвижения на</p>	<p>Научиться быстро снимать и надевать лыжи и палки, передвигаться на лыжах, переносить их.</p>	<p>Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сравнивать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения.</p>	<p><i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев учебной деятельности.</p>

		лыжах.			
59	Спуски и подъемы на лыжах. П/и «Кто дальше прокатится?».	Каковы правила надевания, снятия и переноски лыж в школу? Каковы правила быстрого снятия и одевания лыж и палок в экстремальных условиях? Цель: учить спуску на лыжах в основной и средней стойках.	Научиться преодолевать подъемы и спуски на лыжах.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сравнивать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: информационные – искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах. Коммуникативные: управление коммуникацией – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения.	Смыслообразование – самооценки на основе критериев учебной деятельности.
60	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	Каковы командные действия в соперничестве на лыжах? Цель: учить выполнять организующие командные действия в соперничестве с одноклассниками на лыжах.	Научиться взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения техники передвижения на лыжах.	Регулятивные: саморегуляция – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. Познавательные: общеучебные – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. Коммуникативные: взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Нравственно-эстетическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

61	<p>Прохождение в медленном темпе на лыжах 1000 м.</p>	<p>Что такое дистанция, темп передвижения? Что такое эстафета с поворотом вокруг флажка? Цель: развивать выносливость при прохождении дистанции, учиться выполнять повороты вокруг флажка во время проведения эстафеты.</p>	<p>Проявлять выносливость при прохождении дистанции, научиться выполнить поворот вокруг флажка для обратного движения в эстафете.</p>	<p>Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в время передвижения и эстафеты. Познавательные: <i>логические</i> – подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения.</p>	<p><i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>
62	<p>Эстафеты с поворотом вокруг флажка. Прохождение дистанции 1000 метров в среднем темпе.</p>	<p>Что такое дистанция, темп передвижения? Что такое эстафета с поворотом вокруг флажка? Цель: развивать выносливость при прохождении дистанции, учиться выполнять повороты вокруг флажка во время проведения эстафеты.</p>	<p>Проявлять выносливость при прохождении дистанции, научиться выполнить поворот вокруг флажка для обратного движения в эстафете.</p>	<p>Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в время передвижения и эстафеты. Познавательные: <i>логические</i> – подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения.</p>	<p><i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности.</p>
63	<p>Попеременный двухшажный ход без палок и с палками, спуски, подъемы, повороты, торможения.</p>	<p>Как обучаемые усвоили материал по лыжной подготовке? Цель: закреплять учебный материал по лыжной подготовке в подвижных играх, эстафетах и прохождении дистанции на выносливость.</p>	<p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанции; применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой; объяснять и осваивать технику подъемов, спусков, поворотов.</p>	<p>Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение.</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера</p>

64	Эстафеты с подъемами и спусками на лыжах.	Как обучаемые усвоили материал по лыжной подготовке? Цель: закрепить учебный материал по лыжной подготовке в подвижных играх, эстафетах и прохождении дистанции на выносливость.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанции; применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой; объяснять и осваивать технику подъемов, спусков, поворотов.	Регулятивные: осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: общешкольные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера
65	Прохождение дистанции на выносливость и подвижные игры на лыжах	Как обучаемые усвоили материал по лыжной подготовке? Цель: закрепить учебный материал по лыжной подготовке в подвижных играх, эстафетах и прохождении дистанции на выносливость.	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанции; применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой; объяснять и осваивать технику подъемов, спусков, поворотов.	Регулятивные: осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: общешкольные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера
66	П/и «Охотники и олени».	Как обучаемые усвоили материал по лыжной подготовке? Цель: развивать выносливость в беге на лыжах.	Научиться: выполнять упражнения на развитие физических качеств – выносливости.	Регулятивные: прогнозирование – предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: информационные – анализ информации. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности.	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
67	Передвижение скользящим шагом до 1500 метров.	Как обучаемые усвоили материал по лыжной подготовке? Цель: развивать выносливость.	Научиться: выполнять упражнения на развитие физических качеств – выносливости.	Регулятивные: прогнозирование – предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: информационные – анализ информации. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.

68	Подведение итогов лыжной подготовки. Игры и эстафеты на лыжах.	Каковы правила игры для развития координации и скоростных качеств? Цель: развивать координацию и скорость посредством подвижных игр	Научиться: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать правила подвижной игры для развития координации и скоростных качеств.	организации своей деятельности. Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе.
69	Беседа: «Вода и питьевой режим»	Как усваиваются азы питьевого режима во время тренировки и похода? Цель: научить давать ответы на вопросы к рисункам. Анализировать ответы своих сверстников.	Научиться: знать питьевой режим во время занятий по физической культуре.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе.

70	Беседа: «Режим дня и личная гигиена»	Что такое режим дня? Цель: личная гигиена.	Научиться: основным положениям режима дня школьника. Составлять индивидуальный режим дня.	<p>Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов.</p> <p>Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью.</p>	Самоопределение установка на здоровый образ жизни.
71	Т/б на уроках гимнастики с элементами акробатики. Требования к одежде и обуви.	Каковы правила личной гигиены? Цель: учить технике безопасности на уроках гимнастики.	Научиться: выполнять правила поведения во время проведения уроков по гимнастике;	<p>Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов.</p> <p>Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью.</p>	Самоопределение установка на здоровый образ жизни.
72	Осанка и комплексы упражнений по профилактике ее нарушения.	Что такое осанка? Как она формируется? Цель: учить составлению комплексов для формирования правильной осанки.	Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки.	<p>Регулятивные: <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать замечание по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p>Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – оценивать собственное поведение и поведение окружающих.</p>	Самоопределение – социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам.

73	Освоение навыков акробатических упражнений. П/и «У медведя на бору».	Каковы правила Т.Б. при проведении гимнастических упражнений?Цели: учить выполнять кувырок вперед с помощью, стойка на лопатках согнув ноги.	Научиться: организовывать места занятий для гимнастики; соблюдать правила во время проведения занятий. Показывать элементарные акробатические упражнения.Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Регулятивные: коррекция – адекватно воспринимать замечание по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Познавательные: общеучебные–Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.Коммуникативные: управление коммуникацией – оценивать собственное поведение и поведение окружающих.	Самоопределение – социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам.
74	Элементы акробатических упражнений.	Каковы правила Т.Б. при проведении гимнастических упражнений?Цели: учить выполнять перекат вперед в упор присев, кувырок в сторону.	Научиться: организовывать места занятий для гимнастики; соблюдать правила во время проведения занятий. Показывать элементарные акробатические упражнения.Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Регулятивные: коррекция – адекватно воспринимать замечание по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.Познавательные: общеучебные–Самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.Коммуникативные: управление коммуникацией – оценивать собственное поведение и поведение окружающих.	Самоопределение – социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам.
75	Развитие координационных способностей при лазании, перелезании и переползании.	Каковы правила поведения при выполнении гимнастических упражнений? Какие физические качества развивает гимнастика.Цель: учить гимнастическим приемам прикладного характера: ползание по – пластунски и лазание по гимнастической стенке.	Научиться: подлезать под гимнастическую скамейку. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Регулятивные: планирование – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия.Познавательные: знаково-символические – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.Коммуникативные:планирование учебного сотрудничества – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Нравственно-этическая ориентация – этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера

76	Полоса препятствий с использованием элементов лазания, переползания, перелезания. П/и «Альпинисты».	Каковы правила поведения при выполнении гимнастических упражнений? Какие физические качества развивает гимнастика. Цель: учить гимнастическим приемам прикладного характера: ползание по – пластунски и лазание по гимнастической стенке.	Научиться: подлезать под гимнастическую скамейку. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера
77	Высы и упоры. П/и «Тихие елешь, дальше будешь».	Что такое осанка? Как она формируется? Цель: учить составлению комплексов для формирования правильной осанки.	Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сравнивать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения.	<i>Самоопределение</i> установка на здоровый образ жизни.
78	Упражнения в висе стоя и лежа. Прыжки через скакалку.	Что такое осанка? Как она формируется? Цель: учить составлению комплексов для формирования правильной осанки.	Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сравнивать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения.	<i>Самоопределение</i> установка на здоровый образ жизни.
79	Строевые упражнения	Что такое строевые упражнения? Цель: учить выполнять организующие строевые команды и	Научиться: выполнять размыкание и смыкание; характеризовать роль и значение занятий спортом	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять познавательную	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная,

		приемы – размыкание в ширине на вытянутые руки и смыкание обратно	для укрепления здоровья	цель. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – вести устный разговор, задавать вопросы; формулировать собственное мнение.	внешняя)
80	Упражнения в равновесии. П/и «Большая кошка»	Какие упражнения в равновесии вы знаете? Цель: учить упор лежа и стоя на коленях, и упор на гимнастических снарядах.	Осваивать технику при выполнении упражнений в равновесии. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в равновесии.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; слышать способ действия с заданным эталоном. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость.
81	Упражнения на гимнастической скамейке. П/и «Запрещенное движение».	Какие правила т/б на гимнастической скамейке вы знаете? Цель: учить перешагиванию через мячи, повороты на 90 градусов на гимнастической скамейке.	Осваивать технику при выполнении упражнений в равновесии. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в равновесии.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; слышать способ действия с заданным эталоном. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость.
82	Танцевальные элементы.	Назовите танцевальные позиции? Цель: учить шагам польки, галопа.	Осваивать технику танцевальных шагов. Соблюдать правила техники безопасности При выполнении упражнений.	Регулятивные: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; слышать способ действия с заданным эталоном. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности.

83	Освоение координационных и силовых способностей. П/и «Совушка».	Назовите изученные подвижные игры? Цель: учить прыжкам на скакалке разными способами.	Научиться корректировать технику выполнения упражнений. Проявлять скоростные качества в быстром беге.	выполнения своего действия. Регулятивные: прогнозирование – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – формулировать собственное мнение.	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной деятельности.
84	Развитие силы. П/И «Ловишки»	Как развивать силу? Цель: учить упражнениям с набивным мячом.	Научиться демонстрировать физические кондиции. Проявлять силовые качества в выполнении упражнений.	Регулятивные: прогнозирование – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – формулировать собственное мнение.	Самоопределение – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе
85	Развитие гибкости. П/и «Воробьи – вороны»	Что такое гибкость? Как контролировать развитие двигательных качеств? Цель: ознакомить с упражнениями для развития гибкости; учить выполнять челночный бег, наклоны вперед в положении сидя на полу ноги прямые на уровне плеч.	Осваивать упражнения на гибкость; Научиться перемещаться вперед и назад, переставляя кубки; выполнять наклоны вперед для развития гибкости	Регулятивные: целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: информационные – искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения.	Самоопределение – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе
86	Развитие координационных способностей. П/и «Море волнуется».	Что такое гибкость? Цель: ознакомить с упражнениями для развития координационных способностей	Осваивать упражнения на развитие координационных способностей; Научиться перелезанию через гимнастического козла.	Регулятивные: целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: информационные – искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения.	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.
87	Развитие силы и ловкости. П/и «Пробки бесшумно».	Что такое сила и ловкость? С помощью каких упражнений развивается сила и ловкость? Как вести	Осваивать упражнения для развития силы. Научиться выполнять правильно контрольные упражнения:	Регулятивные: целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффективные	Самоопределение – осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за свои

		контроль за развитием двигательных качеств? Цель: ознакомить с упражнениями для развития силы, ловкости; учить правильно выполнять прыжок в длину с места, прямой хват при подтягивании, учить поднимать туловище из положения лежа на быстроту	поднимание туловища, выполнять прямой хват в подтягивании, держать «захват» ногами.	способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	поступки, установка на здоровый образ жизни.
88	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места, подтягивание.	Что такое сила? С помощью каких упражнений развивается сила? Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цель: ознакомить с упражнениями для развития силы; учить правильно выполнять прыжок в длину с места, прямой хват при подтягивании, учить поднимать туловище из положения лежа на быстроту	Осваивать упражнения для развития силы, Научиться выполнять правильно контрольные упражнения: прыжок в длину с места, поднимание туловища, выполнять прямой хват в подтягивании.	Регулятивные: <i>целенаправление</i> – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за свои поступки, установка на здоровый образ жизни.
89	Беседа: «История спортивных игр».	Какие спортивные игры вы знаете? Цель: ознакомить с историей возникновения спортивных игр (волейбол, баскетбол, футбол). Знаменитые спортсмены.	Знать историю видов спорта и основные правила игры, отвечать на вопросы по теме.	Регулятивные: <i>целенаправление</i> – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог.	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие.
90	Т/б на уроках легкой атлетики.	Требования безопасности к одежде, обуви на занятиях легкой атлетикой? Цель: уметь оказывать первую помощь при ушибах и падениях.	Знать Т/б на уроках легкой атлетики. Требования безопасности к одежде, обуви на занятиях легкой атлетикой	Регулятивные: <i>целенаправление</i> – преобразовывать познавательную задачу в практическую; <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие.

				алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – строить понятные для партнера высказывания.	
91	Челночный бег, прыжки со скакалкой, метание в цель	Как усвоены командные действия при выполнении ранее изученных упражнений? Цель: учить командным действиям при повторении ранее изученных упражнений.	Научиться выполнять задания на развитие физических качеств; различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств; Проявлять качества силы, быстроты и координации в подвижных играх и эстафетах.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать познавательную задачу в практическую; <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – строить понятные для партнера высказывания.	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие.
92	Прыжки со скакалкой, метание в цель	Как усвоены командные действия при выполнении ранее изученных упражнений? Цель: учить командным действиям при повторении ранее изученных упражнений.	Научиться выполнять задания на развитие физических качеств; различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств; Проявлять качества силы, быстроты и координации в подвижных играх и эстафетах.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать познавательную задачу в практическую; <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> – строить понятные для партнера высказывания.	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности.
93	Развитие быстроты	Как развивать быстроту? Как работать над распределением сил по дистанции? Цель: учить бегу на дистанции 30 м; учить бегу в равномерном темпе в течении 6 мин.	Научиться выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств.	Регулятивные: <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности.
94	Развитие выносливости	Как развивать быстроту? Как работать над распределением сил по	Научиться выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального	Регулятивные: <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные:	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие и своей

		дистанции? Цель: учить бегу на дистанции 30 м; учить бегу в равномерном темпе в течении 6 мин.	развития основных физических качества.	<i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	ответственности за свои поступки.
95	Развивать скорость в круговых эстафетах до 20 м. Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.	Каковы правила передачи эстафеты на скорости? Что такое горизонтальные и вертикальные препятствия? Как преодолевать препятствия? Цель: закреплять навыки быстрого бега в эстафете; ознакомить с правилами преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий, развивать ловкость в преодолении препятствий.	Научиться передавать эстафету в движении; осваивать технику преодоления горизонтальных и вертикальных препятствий; соблюдать технику безопасности при преодолении различных препятствий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения.	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за свои поступки.
96	Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.	Каковы правила передачи эстафеты на скорости? Что такое горизонтальные и вертикальные препятствия? Как преодолевать препятствия? Цель: закреплять навыки быстрого бега в эстафете; ознакомить с правилами преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий, развивать ловкость в преодолении препятствий.	Научиться передавать эстафету в движении; осваивать технику преодоления горизонтальных и вертикальных препятствий; соблюдать технику безопасности при преодолении различных препятствий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения.	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за свои поступки.
97	Бег с препятствиями.	Каковы правила передачи	Научиться передавать	Регулятивные: <i>целеполагание</i> –	<i>Самоопределение</i> – принятие

		эстафеты на скорости? Что такое горизонтальные и вертикальные препятствия? Как преодолевать препятствия? Цель: закреплять навыки быстрого бега в эстафете; ознакомить с правилами преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий, развивать ловкость в преодолении препятствий.	эстафету в движении; осваивать технику преодоления горизонтальных и вертикальных препятствий; соблюдать технику безопасности при преодолении различных препятствий	преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения.	образа хорошего ученика, установка на здоровый образ жизни.
98	Эстафеты	Каковы личностные результаты от приобретенных знаний, умений и навыков? Цель: закрепить навыки быстроты, ловкости, выносливости	Научиться: организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия.	<i>Самоопределение</i> – принятие образа хорошего ученика, установка на здоровый образ жизни.
99	Подвижные игры	Каковы личностные результаты от приобретенных знаний, умений и навыков? Цель: закрепить навыки быстроты, ловкости, выносливости	Научиться: организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия.	<i>Самоопределение</i> – принятие образа хорошего ученика, установка на здоровый образ жизни.

100	Развитие скоростно-силовых способностей. П/и «Живая мишень».	Как развивать скоростно-силовые качества?Цель: учить метанию малого мяча из-за головы на дальность.	Научиться: метанию малого мяча на дальность из-за головы;Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную.Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач.Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия.	<i>Самоопределение</i> – принятие образа хорошего ученика, установка на здоровый образ жизни.
101	Развитие выносливости. Подвижные игры	Дать определение: что такое скорость бега?Цель: учить чередованию ходьбы и бега (бег 50 метров, ходьба 100метров).	Научиться: бегать в равномерном темпе;Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную.Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач.Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия.	<i>Самоопределение</i> – принятие образа хорошего ученика, установка на здоровый образ жизни.
102	Подвижные игры	Составить свой распорядок дня?Цель: учить новые подвижные игры.	Знать: режим дня. Безопасные подвижные игры на улице.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную.Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач.Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия.	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-эстетическая ориентация</i> – проявление доброжелательности

**Тематическое планирование по физической культуре
3 класс (102 часа)**

№ п/п	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности	Планируемые результаты		
			Предметные	Метапредметные	Личностные
1	2	3	4		
1	Организационно-методические указания (комбинированный урок)	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ловишка».	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта (контрольный урок)	Повороты направо и налево. Строевые команды «равныйсь», «смирно». Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка».	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
3	Техника челночного бега	Строевые упражнения. Разминка в движении.	Знать технику челночного бега, правила	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного

	(комбинированный урок)	техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные пятнашки».	подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	кооперации, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м (контрольный урок)	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3x10 м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнашки».	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x Юм, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
5	Способы метания мешочка (мича) на дальность (комбинированный урок)	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайся». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди».	Знать, какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Коммуникативные:</i> работать в группе, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
6	Тестирование метания мешочка на дальность (контрольный урок)	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайся». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди».	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

7	Пас и его значение для спортивных игр с мячом (изучение нового материала)	Правила игры в футбол. Разминка в движении. Футбольные упражнения, ведение мяча, ведение мяча в парах	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	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, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
8	Спортивная игра «Футбол» (репродуктивный урок)	Правила игры в футбол. Разминка в движении, беговые упражнения. Футбольные упражнения, ведение мяча, бросок мяча из-за боковой	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	Формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, 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
9	Прыжок в длину с места (комбинированный урок)	Разминка на месте. Прыжковые упражнения, прыжок в длину с места. Правила игры в футбол	Знать, как выполнять прыжок в длину с места, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
10	Прыжок в длину с места (комбинированный урок)	Разминка на месте. Прыжковые упражнения, прыжок в длину с места. Подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как выполнять прыжок в длину с места на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

11	Прыжок в длину с места на результат (контрольный урок)	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву».	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с места, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками
12	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	Разминка в движении, беговые упражнения. Футбольные упражнения. Бросок из-за боковой, бросок от ворот, введение мяча в игру	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками
13	Тестирование метания малого мяча на точность (контрольный урок)	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Вышибалы».	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя (контрольный урок)	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Белые медведи». Упражнение на запоминание временного отрезка.	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с (контрольный урок)	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Белые медведи».	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

		Упражнение на запоминание временного отрезка.		сверстника. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	нормах, социальной справедливости и свободе.
16	Тестирование прыжка в длину с места (контрольный урок)	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву».	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись (контрольный урок)	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Волк во рву».	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила игры «Волк во рву»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
18	Тестирование виса на перекладине (контрольный урок)	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Ловля обезьян с мячом».	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
19	Подвижная игра «Перестрелка» (комбинированный урок)	Разминка с мячами. Подвижная игра «Перестрелка»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i>	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

				уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»	ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
20	Футбольные упражнения (комбинированный урок)	Разминка в движении, беговые упражнения. Футбольные упражнения. Подвижная игра «Пустое место»	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
21	Футбольные упражнения в парах (изучение нового материала)	Разминка в движении, беговые упражнения. Футбольные упражнения. Подвижная игра «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<i>Коммуникативные:</i> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
22	Футбольные упражнения в парах (репродуктивный урок)	Разминка в движении, беговые упражнения. Футбольные упражнения. Подвижная игра «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<i>Коммуникативные:</i> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
23	Подвижная игра «Осада города» (комбинированный урок)	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города».	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
24	Броски и ловля мяча в парах (комбинированный урок)	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города».	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в

				выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
25	Закрепление (комбинированный урок)	Рассказать о закреплении и его видах. Разминка на месте. Беговые эстафеты. Подвижная игра «Подвижная цель»	Знать, что такое закрепление, как можно закрепиться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь закрепиться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
26	Ведение Мяча (комбинированный урок)	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Ведение мяча. Подвижная игра «Ночная охота»	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»	<i>Коммуникативные:</i> слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установок на безопасный образ жизни
27	Подвижные игры (репродуктивный урок)	Разминка с мячами. Упражнения с мячами ведение, броски, ловля перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота», «Перестрелка»	Выполнять разминку с мячами, упражнения с мячом, знать правила выбранных подвижных игр	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, сотрудничать в ходе индивидуальной и групповой работы. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <i>Познавательные:</i> выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр	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

28	Техника выполнения кувырка вперёд (комбинированный урок)	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка».	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
29	Кувырок вперед (комбинированный урок)	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка».	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняются кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, правила проведения подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»	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 на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей
30	Варианты выполнения кувырка вперед (комбинированный урок)	Разминка на гимнастических матах. Перекаты вперед-назад, кувырок вперед, дорожка из кувырков вперед поточно	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
31	Кувырок назад (комбинированный урок)	Разминка на гимнастических матах. Перекаты вперед-назад, кувырок вперед, дорожка из кувырков вперед поточно и дорожка из кувырков назад	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

32	Кувырки (комбинированный урок)	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Успей убрать», «Мяч в туннеле»	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную и фу «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
33	Круговая тренировка (репродуктивный урок)	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение.	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
34	Стойка на голове и руках (комбинированный урок)	Разминка на матах. Кувырок вперед. Стойка на голове и руках. Игровое упражнение.	Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, 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 стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
35	Стойка на голове и руках (комбинированный урок)	Разминка на матах. Кувырок вперед. Стойка на голове и руках. Игровое упражнение.	Знать технику стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
36	Круговая тренировка (комбинированный урок)	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на	Знать, как выполнять стойку на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщить его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках,	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

		перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение.		проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
37	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине (комбинированный урок)	Разминка на матах. Лазанье по гимнастической стенке. Вис. Игровое упражнение.	Знать, как выполнять лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
38	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке (комбинированный урок)	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед. Игровое упражнение.	Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> лазать и перелезать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
39	Прыжки через скакалку (комбинированный урок)	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Горячая линия».	Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
40	Прыжки в скакалку в тройках (комбинированный урок)	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Горячая линия».	Знать, как выполнять прыжки в скакалку и прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

41	Лазание по канату в три приема (комбинированный урок)	Разминка со скакалками. Лазание по канату. Упражнения на гимнастической стенке. Подвижная игра «Будь осторожен»	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<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. <i>Познавательные:</i> прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
42	Круговая тренировка (репродуктивный урок)	Разминка. Круговая тренировка. Подвижные игры	Знать, как про ходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
43	Упражнения на гимнастической стенке (комбинированный урок)	Разминка со скакалками. Упражнения на гимнастической стенке. Подвижная игра «Шмель»	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастической стенке, правила подвижной игры «Шмель»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44	Вращение обруча (комбинированный урок)	Разминка с обручами. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки».	Знать, как выполнять упражнения с обручем, правила подвижной игры «Попрыгунчики - воробушки»	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

45	Круговая тренировка репродуктивный урок)	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Салки с домиками».	Знать комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять упражнения на гимнастическом бревне, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки с домиками»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции. Познавательные: выполнять комбинацию на кольцах и упражнения на бревне, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
46	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке (комбинированный урок)	Разминка в движении, разминка на месте. Лазанье по наклонной скамейке, лазанье по гимнастической стенке	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
47	Варианты вращения обруча (комбинированный урок)	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, лазанье по гимнастической скамейке. Вращение обруча. Подвижная игра «Перебежки с мешочком на голове».	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48	Круговая тренировка (комбинированный урок)	Разминка. Круговая тренировка. Подвижные игры.	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	Коммуникативные: уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок (комбинированный урок)	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок.	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки,	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый	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

			какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом	ситуациях
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками (комбинированный урок)	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками, скользящий лыжный шаг с палками.	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками без них	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками (комбинированный урок)	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками, скользящий лыжный шаг с палками.	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками без них	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
52	Повороты на лыжах переступанием и прыжком (комбинированный урок)	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот, переступание на лыжах без палок, поворот прыжком.	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
53	Повороты на лыжах переступанием и прыжком (комбинированный урок)	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на

		шаг с палками; повороты переступанием на лыжах с палками, поворот прыжком.		поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
54	Повороты на лыжах переступанием и прыжком (комбинированный урок)	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками; повороты переступанием на лыжах с палками, поворот прыжком.	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах различными ходами	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
55	Попеременный двухшажный ход на лыжах (комбинированный урок)	Передвижение одновременным двухшажным ходом, попеременным ходом, спуск с отталкиванием палками, повороты переступанием, торможение плугом	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый
56	Попеременный двухшажный ход на лыжах (комбинированный урок)	Передвижение одновременным двухшажным ходом, попеременным ходом, спуск с отталкиванием палками	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый
57	Одновременный двухшажный ход на лыжах (комбинированный урок)	Передвижение одновременным двухшажным ходом, попеременным ходом, спуск с отталкиванием палками	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

58	Одновременный двухшажный ход на лыжах (комбинированный урок)	Передвижение одновременным двухшажным ходом, попеременным ходом, спуск с отталкиванием палками	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
59	Одновременный двухшажный ход на лыжах (комбинированный урок)	Передвижение одновременным двухшажным ходом, попеременным ходом, спуск с отталкиванием палками	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
60	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах (репродуктивный урок)	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой».	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
61	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах (репродуктивный урок)	Скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Торможение падением.	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
62	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах (репродуктивный урок)	Скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками.	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

		Торможение падением.		и «дочкой», спускаться со склона в основной стойке	
63	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой» (комбинированный урок)	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
64	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой» (комбинированный урок)	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
65	Подвижная игра на лыжах «Накаты» (комбинированный урок)	Передвижение на лыжах равномерно, спуск в высокой и средней стойке, повороты переступанием. Подвижная игра «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
66	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке (комбинированный урок)	Передвижение на лыжах равномерно, спуск в низкой стойке, повороты переступанием. Подвижная игра «Накаты»	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах, правила подвижной игры «Накаты»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

67	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах (комбинированный урок)	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание.	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой 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
68	Контрольный урок по лыжной подготовке (контрольный урок)	Ступающий и скользящий шаг как с лыжными палками, так и без них; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «получелочкой»; торможение падением.	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, как поворачиваться на лыжах переступанием и прыжками, как передвигаться на лыжах «змейкой», как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в низкой стойке	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
69	Эстафеты с мячом (комбинированный урок)	Разминка на месте, разминка в движении. Беговые эстафеты с мячом. Подвижные игры	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
70	Подвижные игры (комбинированный урок)	Разминка на месте. Беговые упражнения. Подвижные игры	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
71	Эстафеты с мячом (комбинированный урок)	Разминка на месте, разминка в движении. Беговые эстафеты с мячом. Подвижные игры	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

				мячом, играть в подвижные игры с мячами-копами	
72	Полоса препятствий (комбинированный урок)	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Удочка».	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. <i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
73	Усложненная полоса препятствий (комбинированный урок)	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Совушка».	Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. <i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
74	Прыжок в высоту с прямого разбега (комбинированный урок)	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Вышибалы с кеглями».	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
75	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат (комбинированный урок)	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Вышибалы с кеглями».	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
76	Прыжок в высоту спиной вперед (комбинированный урок)	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Подвижная игра	Знать, как прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Штурм»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

		«Штурм»		цель <i>Познавательные</i> : прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	нормах, справедливости и свободе
77	Прыжковые упражнения (комбинированный урок)	Разминка в движении, беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Подвижная игра «Ловишка с мячом на ладони»	Знать технику прыжков, правила подвижной игры «Ловишка»	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). <i>Регулятивные</i> : проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные</i> : прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
78	Эстафеты с мячом (комбинированный урок)	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом.	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хобахми	<i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные</i> : сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные</i> : участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хобахми	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
79	Подвижные игры (комбинированный урок)	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антивышибалы».	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. <i>Регулятивные</i> : самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные</i> : выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
80	Броски мяча через волейбольную сетку (комбинированный урок)	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные</i> : контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные</i> : бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях

81	Подвижная игра «Пионербол» (комбинированный урок)	Разминка в движении, беговые упражнения, упражнения с мячами в парах, «Пионербол».	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
82	Волейбол как вид спорта (комбинированный урок)	Разминка в движении, упражнения с мячами. «Пионербол».	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками повторение подвижной игры «Пионербол»
83	Подготовка к волейболу (комбинированный урок)	Разминка в движении, упражнения с мячами. «Пионербол».	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. <i>Познавательные:</i> делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
84	Контрольный урок Подготовка к волейболу (контрольный урок)	Разминка в движении, упражнения с мячами. «Пионербол».	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <i>Познавательные:</i> применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
85	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу» (комбинированный)	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли

	урок)	«Точно в цель».	подвижной игры «Точно в цель»	себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
86	Броски набивного мяча правой и левой рукой (комбинированный урок)	Разминка в движении, упражнения на гимнастических матах, броски набивного мяча. Подвижная игра «Точно в цель»	Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
87	Тестирование виса на время (контрольный урок)	Разминка с малыми мячами. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Борьба за мяч».	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
88	Тестирование наклона вперед из положения стоя (контрольный урок)	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Борьба за мяч».	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
89	Тестирование прыжка в длину с места (контрольный урок)	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Правила спортивной игры «Гандбол».	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками

				играть в спортивную игру «Гандбол»	
90	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись (контрольный урок)	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Правила спортивной игры «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»	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
91	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с (контрольный урок)	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Правила спортивной игры «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, играть в спортивную игру «Гандбол»	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
92	Знакомство с баскетболом (изучение нового материала)	Разминка в парах с мячами. Правила игры в «Баскетбол»	Знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	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 субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	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
93	Тестирование метания малого мяча на точность (контрольный урок)	Разминка с мешочками. Тестирование метания малого мяча на точность. П спортивной игры «Баскетбол»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на	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

				точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»	свободе
94	Спортивная игра «Баскетбол» (комбинированный урок)	Разминка в парах с мячами. Правила игры в «Баскетбол»	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
95	Беговые упражнения (комбинированный урок)	Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Колдунчики».	Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
96	Тестирование бега на 30 м с высокого старта (контрольный урок)	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Командные хвостики».	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
97	Тестирование челночного бега 3 x 10 м (контрольный урок)	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3x10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее».	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

98	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность (контрольный урок)	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Круговая охота».	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
99	Спортивная игра «Футбол» (комбинированный урок)	Разминка в парах. Правила игры в «Футбол»	Знать правила подвижной игры «Собачки ногами» и спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: играть в подвижную игру «Собачки ногами» и спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
100	Подвижная игра «Флаг на башне» (репродуктивный урок)	Разминка в движении. Подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	Знать правила подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. Познавательные: играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
101	Бег на 1000 м (контрольный урок)	Разминка в движении. Беговые упражнения. Бег на 1000 м	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
102	Спортивные игры (комбинированный урок)	Разминка в виде салок. Подвижные игры по желанию учеников. Спортивные игры. Подведение итогов учебного года.	Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

**Тематическое планирование по физической культуре
4 класс (102 часа)**

№ п/п	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		
			Предметные	Метапредметные	Личностные
1	2	3	4		
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры (Комбинированный)	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, разминка в движении, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки - дай руку»	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

3	Челночный бег (Комбинированный)	Беговая разминка, челночный бег, подвижная игра «Флаг на башне»	Знать технику челночного бега, правила подвижной игры «Флаг на башне»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м (Контрольный)	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Колдунчики»	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
5	Тестирование бега на 60 м с высокого старта (Контрольный)	Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на

				подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	безопасный образ жизни
6	Тестирование метания мешочка на дальность (Контрольный)	Беговая разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, метания мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики»	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики»	Коммуникативные:добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.Регулятивные:адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные:проходить тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики»	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
7	Техника паса в футболе (Комбинированный)	Разминка в движении, техника паса в футболе, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, какие варианты пасов можно применить в футболе, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные:уметь работать в группе, 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 различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
8	Спортивная игра «Футбол» (Комбинированный)	Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол»	Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные:слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и

				каши.Регулятивные:видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные:выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Футбол»	взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
9	Техника прыжка в длину с разбега (Комбинированный)	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.Регулятивные:контролировать свою деятельность по результату, сохранить заданную цель. Познавательные:прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
10	Прыжок в длину с разбега на результат (Комбинированный)	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные:контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные:прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега (Контрольный)	Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки»	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки»	Коммуникативные:добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные:выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

				«Командные собачки»	
12	Контрольный урок по футболу (Контрольный)	Разминка в движении, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные:содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.Познавательные:играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
13	Тестирование метания малого мяча на точность (Контрольный)	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибаль»	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибаль»	Коммуникативные:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные:адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные:проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибаль»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя (Контрольный)	Разминка с малыми мячами, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Перестрелка»	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные:адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные:проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка»	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

15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с (Контрольный)	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Перестрелка»	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка»	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
16	Тестирование прыжка в длину с места (Контрольный)	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. 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
17	Тестирование подтягиваний и отжиманий (Контрольный)	Разминка с гимнастическими палками, тестирование подтягиваний и отжиманий, подвижная игра «Антивышибалы»	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы»	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
18	Тестирование виса на время (Контрольный)	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра	Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной

		«Вышибалы»	«Вышибалы»	задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Вышибалы»	отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
19	Броски и ловля мяча в парах (Комбинированный)	Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Защита стойки»	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
20	Броски мяча в парах на точность (Комбинированный)	Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита стойки»	Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки»	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, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
21	Броски и ловля мяча в парах	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность, подвижная игра	Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,

	(Комбинированный)	«Капитаны»	«Капитаны»	помощью вопросов.Регулятивные:осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокор- рекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные:бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны»	умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
22	Броски и ловля мяча в парах у стены (Комбинированный)	Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная игра «Капитаны»	Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила подвижной игры «Капитаны»	Коммуникативные:слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.Регулятивные:проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.Познавательные:бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
23	Подвижная игра «Осада города» (Комбинированный)	Разминка с массажными мячами,броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные:контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные:выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

24	Броски и ловля мяча (Комбинированный)	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города»	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные:обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные:осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные:бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
25	Упражнения с мячом (Комбинированный)	Разминка с мячом, броски и ловля мяча, подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные:обеспечивать бесконфликтную совместную работу.Регулятивные:осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные:бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм»	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, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
26	Ведение мяча (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка с мячом, варианты ведения мяча, подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные:обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные:осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.Познавательные:выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»	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, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
27	Подвижные игры (Урок повторения и	Беговая разминка, подвижные	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их	Коммуникативные:слушать и слышать друг друга, находить общее	Развитие этических чувств, доброжелательности и

	закрепления изученного материала)	игры, итоги четверти	проведения, как подводить итоги четверти	решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
28	Кувырок вперед (Комбинированный)	Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие (Комбинированный)	Разминка на матах, кувырок вперед с места, с разбега, через препятствие, подвижная игра «Удочка»	Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

30	Зарядка (Комбинированный)	Зарядка, техника различных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные:обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные:видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные:уметь делать зарядку, выполнить различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
31	Кувырок назад (Комбинированный)	Зарядка, кувырок назад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные:осуществлять действие по образцу и заданному правилу.Познавательные:уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
32	Круговая тренировка (Комбинированный)	Зарядка, круговая тренировка, игровое упражнение на внимание	Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание	Коммуникативные:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.Регулятивные:адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные:уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

33	Стойка на голове и руках (Комбинированный)	Зарядка, стойка на Голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью 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. Познавательные: выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
34	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека (Комбинированный)	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»	Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
35	Гимнастические упражнения (Комбинированный)	Разминка на гимнастических матах с мячом, гимнастические упражнения, игровое упражнение на внимание	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять гимнастические упражнения и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

				игровое упражнение на внимание	
36	Висы (Комбинированный)	Разминка на матах с мячом, висы, подвижная игра «Ловля обезьян»	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»	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
37	Лазанье по гимнастической стенке и висы (Комбинированный)	Разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
38	Круговая тренировка (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.	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

				Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»	сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
39	Прыжки в скакалку (Комбинированный)	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
40	Прыжки в скакалку в тройках (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия»	Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
41	Лазанье по канату в два приема (Комбинированный)	Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен»	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям

				подвижную игру «Будь осторожен»	
42	Круговая тренировка (Комбинированный)	Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра «Игра в мяч с фигурами»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами»	Коммуникативные:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранить заданную цель.Познавательные:проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
43	Упражнения на гимнастической скамейке (Комбинированный)	Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастической скамейке и гимнастической стенке, подвижная игра «Салки и мяч»	Знать, какие упражнения на гимнастической скамейке существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	Коммуникативные:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные:контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные:выполнить упражнения на гимнастической скамейке, играть в подвижную игру «Салки и мяч»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
44	Упражнения на гимнастических скамейках (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка на скамейках, упражнения на гимнастических скамейках и матах, упражнения на гимнастической стенке, подвижная игра «Салки и мяч»	Знать комбинацию на гимнастической скамейке, какие упражнения на гимнастической скамейке существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	Коммуникативные:обеспечивать бесконфликтную совместную работу.Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные:выполнять упражнения на гимнастических скамейках, играть в подвижную	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование

				игру «Салки и мяч»	эстетических потребностей, ценностей и чувств
45	Упражнения на гимнастических матах (Комбинированный)	Разминка на гимнастических матах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как выполнять упражнения на гимнастических матах, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять махи и выкрут на кольцах, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости
46	Круговая тренировка (Комбинированный)	Разминка со скакалками, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать как выполнять упражнения на гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастической скамейке, гимнастической стенке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	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 эстетических потребностей, ценностей и чувств
47	Вращение обруча (Комбинированный)	Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра «Катание колеса»	Знать, какие варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной

				преодоления препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
48	Круговая тренировка (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка с обручами, стойка на голове, стойка на руках, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса»	Знать технику выполнения стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса»	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 на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
49-50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок (Комбинированный)	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и инвентарь, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом	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

51-52	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками (Комбинированный)	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты на лыжах переступанием	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
53-54	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах (Комбинированный)	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком	Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
55-56	Попеременный одношажный ход на лыжах (Комбинированный)	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

57-58	Одновременный одношажный ход на лыжах (Комбинированный)	Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне	Коммуникативные:обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные:осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные:передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе	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
59-60	Подъем на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуск в основной стойке на лыжах (Комбинированный)	Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке	Знать, как передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке	Коммуникативные:слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.Познавательные:передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
61	Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах (Комбинированный)	Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом»	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом»	Коммуникативные:добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои

				цели. Познавательные: кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полулесенкой», «елочкой», тормозить «плугом»	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
62	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой» (Комбинированный)	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	Знать технику выполнения лыжных ходов, подъема на склон и спуска со склона; торможения «плугом», спуска со склона «змейкой»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона и подниматься на склон, тормозить «плугом», спускаться со склона «змейкой»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
63	Подвижная игра на лыжах «Накаты» (Комбинированный)	Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой», подвижная игра «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
64	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет» (Комбинированный)	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие

		предмет»	предмет»	самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накатать» и «Подними предмет»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
65	Прохождение дистанции 2 км на лыжах (Комбинированный)	Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободное катание	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой 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
66	Контрольный урок по лыжной подготовке (Контрольный)	Лыжные ходы, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск со склона в низкой стойке, спуск с упражнением «Подними предмет», торможение «плугом»	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	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
67-68	Полоса препятствий (Комбинированный)	Разминка в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к	Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

		опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»	для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка»	слушать учителя.Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
69	Усложненная полоса препятствий (Комбинированный)	Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности. Познавательные: преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
70-71	Прыжок в высоту с прямого разбега (Комбинированный)	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
72-73	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,

	(Комбинированный)	способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»	«перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»	кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
74	Физкультминутка (Комбинированный)	Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминуток, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»	Знать, что такое физкультминутки, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Коммуникативные: владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»	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
75	Знакомство с опорным прыжком (Комбинированный)	Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыжок в высоту спиной вперед, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка»	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные:	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

				выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка»	людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
76-77	Опорный прыжок (Комбинированный)	Разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка»	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хопках»	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, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
78	Контрольный урок по опорному прыжку (Контрольный)	Разминка с включенными упражнениями из физкультминутки, опорный прыжок, подвижная игра	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной подвижной игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнить опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
79	Броски мяча через волейбольную сетку (Комбинированный)	Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия

				по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты
80	Подвижная игра «Пионербол» (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча, подвижная игра «Пионербол»	Знать технику выполнения бросков мяча через сетку, варианты ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
81	Упражнения с мячом (Комбинированный)	Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол»	Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол»	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 навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
82	Волейбольные упражнения (Комбинированный)	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: сотрудничать в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной

				совместном решении задач. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол»	роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
83	Контрольный урок по волейболу (Контрольный)	Разминка с мячом в движении, умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»	Знать технику выполнения волейбольных упражнений, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
84	Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» (Комбинированный)	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу», «из-за головы», 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
85	Броски набивного мяча правой и левой рукой (Урок повторения и закрепления)	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие

	изученного материала)		цель»	действие по образцу и заданному правилу, сохранить заданную цель. Познавательные: бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
86	Тестирование виса на время (Контрольный)	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч»	Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
87	Тестирование наклона из положения стоя (Контрольный)	Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона из положения стоя	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол»	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
88	Тестирование прыжка в длину с места (Контрольный)	Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную	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

				игру «Гандбол»	справедливости и свободе
89	Тестирование подтягиваний и отжиманий (Контрольный)	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий, спортивная игра «Гандбол»	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в спортивную игру «Гандбол»	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
90	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с (Контрольный)	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Баскетбол»	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
91	Баскетбольные упражнения (Контрольный)	Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, 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, формирование установки на

				в спортивную игру «Баскетбол»	безопасный образ жизни
92	Тестирование метания малого мяча на точность (Контрольный)	Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол»	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
93	Спортивная игра «Баскетбол» (Комбинированный)	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
94	Беговые упражнения (Комбинированный)	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правил подвижной игры «Командные хвостики»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных

				играть в подвижную игру «Командные хвостики»	ситуаций
95	Тестирование бега на 30 м с высокого старта (Контрольный)	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ножной мяч»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ножной мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
96	Тестирование челночного бега 3 x 10 м (Контрольный)	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
97	Тестирование метания мешочка на дальность (Контрольный)	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Флаг на башне»	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры - Флаг на башне»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания	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

				мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	справедливости и свободе
98	Футбольные упражнения (Комбинированный)	Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
99	Спортивная игра «Футбол» (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
100	Бег на 1000 м (Контрольный)	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол»	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистан-	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

				цию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	справедливости и свободе
101	Спортивные игры (Комбинированный)	Разминка в движении, спортивные игры, эстафета с передачей эстафетной палочки	Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: передавать эстаф. палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
102	Подвижные и спортивные игры (Урок повторения и закрепления изученного материала)	Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формули. познавательные цели, находить необх. инф. Познавательные: играть в выбранные игры, подводить итоги	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций