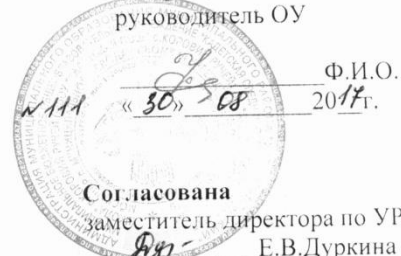


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КАЛЕТСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
С. Коровий Ручей

Принята на заседании  
педагогического совета  
№ 1 от 30.08 2017 г.

Утверждаю  
руководитель ОУ



Рекомендована  
методическим объединением  
учителей начальных классов

Согласована  
заместитель директора по УР  
Е.В.Дуркина  
«30» 08 2017г.

Протокол № 1 от «28» 08 2017 г.

**РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

(наименование учебного предмета /курса/)

**НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**4 ГОДА**

(срок реализации)

Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2011).

Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011).

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям ФГОС НОО.

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «физическая культура» предназначена для учащихся 1-4 классов общеобразовательной школы.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Является составной частью подготовки в предметной области «физическая культура», и ее освоение должно обеспечить укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений само - регуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Данная программа составлена на основе:

- фундаментального ядра содержания общего образования;
- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования;
- «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012
- примерной программы начального общего образования по физической культуре УМК «Школа России» М: Просвещение 2009г; допущенной Министерством образования и науки РФ;
- междисциплинарной программы «Формирование универсальных учебных действий» (подпрограмм «Формирование ИКТ-компетентности обучающихся», «Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности» и «Основы смыслового чтения и работа с текстом»);
- программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального общего образования.

**Актуальность программы.** Актуальность образования в области физической культуры определяется необходимостью формирования у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни

**Цель программы:** формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

**Задачи программы:**

1. укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
2. формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
3. овладение школой движений;
4. развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных(скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей
5. формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
6. выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
7. формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;

8. приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
9. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Срок реализации** программы: 3года.

Программа обеспечена УМК:

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

### **Характеристика учебного процесса**

#### **Виды и формы деятельности**

- К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся:
- уроки физической культуры,
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика перед началом занятий, физкультурные минуты во время уроков, игры и физические упражнения на перерывах и в режиме продленного дня);
- внеклассная физкультурно-массовая работа (занятие в кружках физической культуры и спортивных секциях, спортивные соревнования);
- внешкольная спортивно-массовая работа (по месту жительства учеников, занятия в детско-юношеских спортивных школах, спортивных обществах);
- самостоятельные занятия школьников физическими упражнениями в семье, на пришкольных и дворовых площадках, стадионах, в парках)

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа:

- с образовательно- познавательной
- образовательно-предметной
- образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и

способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Методы организации урока:

**Фронтальный** – упражнения выполняются одновременно всеми учащимися (игры, упражнения на осанку, построения перестроения) – используются при проведении строевых, обще развивающих упражнений в водной части урока.

**Поточный** - учащиеся выполняют одно и то же упражнение по очереди, один за другим, непрерывным потоком (лазание по гимнастической стенке, скамейке, прыжки в длину, бег).

**Посменный** – учащиеся распределяются на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазание).

**Индивидуальный** – используются в учетных уроках.

**Групповой** - каждая группа учащихся по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений.

На уроках физической культуры основными технологиями являются игровые и групповые технологии, которые несут ряд функций: обучающие, воспитательные, развивающие, психотехнические, коммуникативные, развлекательные, релаксационные. Эти технологии позволяют более действенно обеспечить гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общее комфортное состояние обучающегося, дать заряд положительных эмоций, снять негативный настрой после прохождения некоторых уроков, дать общий эффект радости от общения от успешного преодоления трудностей.

Здоровьесберегающие технологии позволяют учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности; Применение ИКТ на уроках образовательно-предметной и образовательно-познавательной направленности позволяет развивать умение учащихся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира в области физической культуры и спорта; овладевать практическими способами работы с информацией; обмениваться информацией с помощью современных технических средств.

Технология проектной деятельности стимулирует самостоятельность учащихся, их стремление к самовыражению, формирует активное отношение к вопросам здорового образа жизни, физкультуры и спорта, сопереживание и сопричастность к нему, развивает коммуникативные качества.

### **Система оценки достижений учащихся**

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов обучающихся включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Предметом стартового оценивания, которое проводится в начале каждого учебного года, является определение остаточных знаний и умений обучающихся относительно прошедшего учебного года, позволяющего организовать эффективно процесс повторения и определить эффекты от обучения за прошлый учебный год.

*Формы стартового оценивания: сдача нормативов*

Предметом текущего (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и универсальные учебные действия для определения проблем и

трудностей в освоении предметных способов действия и УУД и планирования работы по ликвидации возникших проблем и трудностей.

*Формы текущего оценивания:* персонифицированные мониторинговые исследования, уровневые итоговые контрольные работы по физической культуре, включающие проверку сформированности базового уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник научится») и повышенного уровня оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник получит возможность научиться», проектные и исследовательские работы. Предметом промежуточного (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися культурных предметных способов и средств действия, а также УУД.

*Формы промежуточной (итоговой) аттестации:* типовые задания по оценке личностных результатов, итоговые проверочные работы по предмету физическая культура, сдача нормативов. Подробное описание системы оценки достижений учащихся - Приложение 1

## **II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм

### **ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Курс «Физическая культура» изучается с 2 по 4 класс из расчёта 3ч в неделю (всего 306ч): в 2 классе — 102ч, в 3 классе— 102ч, в 4 классе— 102ч.

Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. №889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания». Рабочая программа рассчитана на 306 ч на четыре года обучения (по 3ч в неделю).

### **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоко нравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

## **III. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 2 —4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре:

### **2 класс**

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- *Знания о физической культуре* — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;
- *Гимнастика с элементами акробатики*— строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на перекладине, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах,

- переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезть с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с маленькими мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;
- *Легкая атлетика*— технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег 3 x Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнастическую палку ногой, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту спиной вперед, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км;
  - *Лыжная подготовка*— передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, обгонять друг друга, подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»;
  - *Подвижные игры*— усовершенствуют свои навыки в подвижных играх: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка с мячом и защитниками», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хобах», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробьи — вороны», «Антивышибалы», выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах.

### 3 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- *Знания о физической культуре*— выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяснять, что такое пас и его значение для спортивных игр с мячом, что такое осанка и методы сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;
- *Гимнастика с элементами акробатики* — выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраиваться в одну, две и три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами и кружочками, с массажными мячами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запоминать временные отрезки, выполнять перекаты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, проходить станции круговой тренировки, лазать и перелезть по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, висеть завесой одной и двумя ногами на перекладине, прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку, прыгать в скакалку в тройках, выполнять упражнения на гимнастическом бревне, на гимнастических кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед), лазать по наклонной гимнастической скамейке, выполнять вращение обруча;

- *Легкая атлетика*— технике высокого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3 x 10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, прыгать в высоту спиной вперед, прыгать на мячах-хопах, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, проходить полосу препятствий;
- *Лыжная подготовка* — передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, переносить лыжи под рукой и на плече, проходить на лыжах дистанцию 1,5 км, подниматься на склон «полу-елочкой», «елочкой», «лесенкой», спускаться со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой»;
- *Подвижные и спортивные игры* — давать пас ногами и руками, выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки — дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы скеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хопках», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

#### 4 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- *Знания о физической культуре*- выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне;
- *Гимнастика с элементами акробатики* — выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, вис завесом одной и двумя ногами, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи), опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, массажными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленными на развитие гибкости и координации движений, наматах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;
- *Легкая атлетика*— пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;
- *Лыжная подготовка* — передвигаться на лыжах скользящим и ступающим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным и одновременным одношажным ходом, «змейкой», выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой», спуск со

склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», проходить дистанцию 2 км, играть в подвижные игры на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»;

- *Подвижные и спортивные игры*— выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры «Ловишка», «Ловишка на хобах», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы с ранением», «Вышибалы через сетку», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь острожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).



#### IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

	2 класс	3 класс	4 класс
<b>Знания о физической культуре</b>	<p>Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание)</p>		
		<p>Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ)</p>	
			<p>История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).</p>
<b>Способы физической деятельности</b>	<p>Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела</p>		
		<p>Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.</p>	
			<p>Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание</p>

			доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.
Гимнастика с основами акробатики	<p><b>Организующие команды и приемы:</b> повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».</p> <p><b>Акробатические упражнения</b> из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях. <b>Гимнастические упражнения прикладного характера:</b> танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами</p>		
		<p><b>Акробатические упражнения:</b> кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.</p> <p><b>Гимнастические упражнения прикладного характера:</b> лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.</p>	
		<p><b>Акробатические упражнения:</b> акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.</p> <p><b>Гимнастические упражнения прикладного характера:</b> опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упорстоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги»</p>	
Легкая атлетика	<p><b>Бег:</b> равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.</p> <p><b>Броски</b> большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.</p> <p><b>Метание</b> малого мяча на дальность из-за головы.</p> <p><b>Прыжки:</b> на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой</p>		
		<p><b>Прыжки</b> в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги</p>	
		<p><b>Прыжки</b> в высоту с разбега способом «перешагивание».</p> <p><b>Низкий старт.</b></p> <p><b>Стартовое ускорение.</b></p> <p><b>Финиширование.</b></p>	
Лыжные			

гонки	Передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход. Спуски в основной стойке. Подъем «лесенкой». Торможение «плугом».	
		Передвижения на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным. Поворот переступанием.
		Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.
Подвижные игры	<p><b>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:</b> «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».</p> <p><b>На материале раздела «Легкая атлетика»:</b> «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка». На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).</p> <p><b>На материале раздела «Спортивные игры»:</b> Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне». Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».</p>	
		<p><b>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:</b> «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча». На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».</p> <p><b>На материале раздела «Лыжная подготовка»:</b> «Быстрый лыжник», «За мной».</p> <p><b>На материале спортивных игр:</b> Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой». Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей». Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему»,</p>

		«Круговая лапта».	<p><b>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:</b> задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела). На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель». На материале раздела «Лыжные гонки»: «Куда укачишься за два шага».</p> <p><b>На материале раздела «Плавание»:</b> «Торпеды», «Гонка лодок», «Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка катеров».</p> <p><b>На материале спортивных игр:</b> Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»). Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»). Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол»</p>
ОРУ			

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ( 1 класс)

№ урока	Тема урока	Планируемые результаты			Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Дата
		предметные	метапредметные	личностные		
<b>Знания о физической культуре</b>						
1	Организационно-методические указания	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»	Коммуникативные : формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Изучение понятий «шеренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ло-вишка»	

			перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре			
2	Основы знаний по физической культуре	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди»	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности , сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Удержание дистанции. Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	

**Легкая атлетика.**

3	<b>Тестирование бега на 30 м с высокого старта.</b>	Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> 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.	Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка».	
---	---	---	--	--	---	--

4	<b>Техника челночного бега.</b>	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега.	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки».	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.	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные пятнашки».
5	<b>Тестирование челночного бега 3x10 м.</b>	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега.	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки».	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.	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3x10 м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнашки».
6	<b>Тестирование метания мешочка на дальность.</b>	Знать, как рассчитывать на первый и второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайся». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди».

		движений; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»; помнить стихотворное сопровождение.	взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Гуси-лебеди».	, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность.	
7	<b>Тестирование метания малого мяча на точность.</b>	Знать, как проводятся разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила подвижной игры «Два Мороза».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность 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; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Два Мороза».
8	<b>Тестирование наклона вперед из положения стоя.</b>	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила по-	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Два Мороза». Упражнение на запоминание временного отрезка.

		<p>движной игры «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени.</p>	<p>понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза».</p>	<p>сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	
9	<p><b>Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.</b></p>	<p>Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования подъема туловища из положения лежа и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву».</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 за свои поступки; формирование установки на безопасность.</p>	<p>Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного отрезка.</p>
10	<p><b>Тестирование прыжка в длину с места.</b></p>	<p>Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места; понимать правила подвижной игры «Волк во рву».</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву».</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 за свои поступки на основе представлений о</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву».</p>



				нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
<b>Подвижные игры</b>					
11	<b>Русская народная подвижная игра «Горелки».</b>	Знать, как размыкаться на руки в стороны. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение.	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> 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.	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания и равновесия.
12	<b>Подвижная игра «Мышеловка».</b>	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка».	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в движении. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка» сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.

			саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка».			
13	<b>Ловля и броски мяча в парах.</b>	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города».	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <b>Познавательные:</b> уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города».	
14	<b>Подвижная игра «Осада города».</b>	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города».	<b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города».	

		города».	речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь повторить, упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города».	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.		
15	<b>Индивидуальная работа с мячом.</b>	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Осада города».	<b>Коммуникативные:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города».	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.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами. Подвижная игра «Осада города».	
16	<b>Школа</b>	Знать, как про-	<b>Коммуникативные</b>	Развитие мотивов	Упражнения с	

	<b>укрощени я мяча.</b>	водится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по- движную игру «Вышибалы».	<b>е:</b> формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь со- хранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь самостоя- тельно выполнять упражнения с мя- чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы».	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.	мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы».
17	<b>Подвиж- ная игра «Ночная охота».</b>	Знать, как про- водится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по- движную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<b>Коммуникативны</b> <b>е:</b> слушать и слы- шать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый конт- роль. <b>Познавательные:</b> уметь самостоя- тельно выполнять упражнения с мя- чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота».	Развитие мотивов учебной деятельности и фор- мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са- мостоятельности и личной ответственности.	Разминка с мячом. Упражнения с ведение, бросками, перебрасыванием. Подвижная игра «Ночная охота».

18	<b>Глаза закрывай - упражненье начинай.</b>	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<p><b>Коммуникативны е:</b> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами.</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.	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение броски, ловля, подбрасывание. Подвижная игра «Ночная охота».	
19	<b>Подвижные игры.</b>	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение, как подводятся итоги четверти.	<p><b>Коммуникативны е:</b> слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции - рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> формировать уме-</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы.	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти.	

			ние самостоятельно выбирать игры.			
20	<b>Подвижная игра «Ночная охота».</b>	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.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.	Разминка с мячами. Упражнения с мячами ведение, броски, ловля перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота».	
21	<b>Подвижные игры.</b>	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции - рефлексии; осуществлять пошаговый контроль. <b>Познавательные:</b> формировать умение самостоятельно выбирать	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.	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников.	

			подвижные игры; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами.			
22	<b>Подвижная игра «Белочка - защитница».</b>	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-защитница».	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций.	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белочка - защитница».	
23	<b>Прохождение полосы препятствий.</b>	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница».	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную	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	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка - защитница».	

			<p>цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».</p>	<p>нормах подвижную игру «Белочка-защитница».</p>		
24	<b>Прохождение усложненной полосы препятствий.</b>	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница».	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> 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>	<p>Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница».</p>	
<b>Знания о физической культуре</b>						
25	<b>Возникновение</b>	Знать, что такое дистанция и как	<b>Коммуникативные:</b> добывать недо-	Осознание своей этнической и	Удержание дистанции.	



	<b>физический культуры и спорта.</b>	ее можно удерживать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди».	стающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди».	национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность.	Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра «Гуси-лебеди».
26	<b>Олимпийские игры.</b>	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».	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> 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.	Рассказ об Олимпийских играх - символика и традициях. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики».
27	<b>Что такое физическая</b>	Знать, что такое физическая культура. Уметь	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и	Развитие мотивов учебной деятельности и	Рассказ о физической культуре. Разминка

	<b>культура?</b>	выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики».	точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики».	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.	с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики».
--	------------------	--	---	---	---

**Гимнастика с элементами акробатики**

28	<b>Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа.</b>	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса, понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы».	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	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Охотник и зайцы».
----	--	--	---	--	--

				безопасный, здоровый образ жизни.		
29	<b>Тестирование виса на время.</b>	Знать, как проводятся разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы».	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.	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Охотник и зайцы».	
30	<b>Стихотворное сопровождение на уроках.</b>	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка».	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь воспроизвести стихотворное	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.	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка».	

			сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка».			
31	<b>Перекаты.</b>	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной игры «Удочка»	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка».	
32	<b>Разнообразности перекатов.</b>	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты, их виды, правила игры «Удочка».	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка».	

			<b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка».	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни.		
33	<b>Техника выполнения кувырка вперед.</b>	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Удочка».	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками. <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности.	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка».	
34	<b>Кувырок вперед.</b>	Знать, что такое осанка, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Успей»	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Успей убраться».	

		убрать».	<p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, перекувырки, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать».</p>	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
35	<b>Стойка на лопатках, «мост».</b>	Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила игры «Волшебные елочки».	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни.	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки».
36	<b>Стойка на лопатках, «мост» - совершенствование.</b>	Знать, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> фо</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки».

		<p>ках и «моста», правила подвижной игры «Волшебные елочки».</p>	<p>рмировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки».</p>	<p>и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни.</p>	
37	<b>Стойка на голове.</b>	<p>Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове.</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание.</p>	<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.</p>	<p>Разминка на матах. Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение.</p>
38	<b>Лазанье по гимнастической стенке.</b>	<p>Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах, технику выполнения</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и</p>	<p>Разминка на матах. Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение.</p>

		стойки на голове.	<p>навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на матах, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание голове, проводить игровое.</p>	<p>личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p> <p>формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>		
39	<b>Перелезание на гимнастической стенке.</b>	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове.	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b></p>	<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 ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и</p>	<p>Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед. Игровое упражнение.</p>	



			уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение на внимание.	свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; установки на безопасный, здоровый образ жизни.		
40	<b>Висы на перекладине.</b>	Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке.	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Подвижная игра «Удочка».	
41	<b>Круговая тренировка</b>	Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая	

		гимнастической стенке и стойки на голове.	соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию.	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств.	тренировка. Игровое упражнение.
42	<b>Прыжки со скакалкой</b>	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель».	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> 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.	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель».

43	<b>Прыжки в скакалку.</b>	Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель».	<b>Коммуникативны е:</b> формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель».	
44	<b>Круговая тренировка.</b>	Знать, что такое круговая тренировка и какие упражнения могут в нее входить, правила игры «Береги предмет».	<b>Коммуникативны е:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет».	

			станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет».			
45	<b>Вис углом и вис согнувшись.</b>	Знать правила игры «Волк во рву».	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву».</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 эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Разминка со скакалкой. Вис углом и вис согнувшись. Подвижная игра «Волк во рву».	
46	<b>Вис прогнувшись.</b>	Знать правила игры «Волк во рву».	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в</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	Разминка. Вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись. Подвижная игра «Волк во рву».	

			<p>новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись, проводить подвижную игру «Волк во рву».</p>	<p>нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p> <p>формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>		
47	<b>Переворот назад и вперед.</b>	<p>Знать правила игры «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, поворот вперед и назад, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки».</p>	<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 представлении о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</p> <p>формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	<p>Разминка. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, поворот назад и вперед. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки».</p>	
48	<b>Вращение обруча.</b>	<p>Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики -воробушки».</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку</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</p>	<p>Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, поворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки».</p>	

			и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки».	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
49	<b>Обруч - учимся им управлять .</b>	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики - воробушки».	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики - воробушки».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки».	
50	<b>Круговая тренировка.</b>	Знать правила проведения круговой тренировки.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие	Разминка. Круговая тренировка. Подвижные игры.	

			<p>окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры.</p>	<p>навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	
<b>Знания о физической культуре</b>					
51	<b>Темп и ритм.</b>	<p>Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка».</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка».</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 навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	<p>Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка».</p>
52	<b>Личная гигиена человека.</b>	<p>Знать, что такое гигиена. Уметь выполнять разминку в движении; понимать пра-</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие</p>	<p>Гигиена человека. Разминка в движении. Техника высокого старта. Команды «на старт», «внимание»,</p>

		вила подвижной игры «Салки с домиками», технику выполнения высокого старта, как выполнять команды «на старт», «внимание», «марш».	соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о личной гигиене человека, а также о правилах проведения подвижной игры «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	«марш». Подвижная игра «Салки с домиками».
--	--	---	--	---	--

**Лыжная подготовка**

53	<b>Организационно-методические требования на уроках, посвященных лыжной подготовке. Ступающий шаг на лыжах без палок.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага на лыжах без палок.	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. <b>Познавательные:</b> уметь переносить	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Проверка лыжной формы, инвентаря; ступающий лыжный шаг.
----	---	---	--	--	---



			лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом.			
54	<b>Скользкий шаг на лыжах без палок.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок.	
55	<b>Повороты переступанием на лыжах без палок.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок; технику поворота на лыжах без палок.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на</p>	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.	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот, переступание на лыжах без палок.	

			лыжах без палок.			
56	<b>Ступающий шаг на лыжах с палками.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, а также ступающего шага с палками.	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками.	
57	<b>Скользящий шаг на лыжах с палками.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками.	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, скользящим шагом с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками.	

58	<b>Поворот переступанием на лыжах с палками.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками, а также поворотов переступанием на лыжах с палками.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками; повороты переступанием на лыжах с палками.
59	<b>Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» без палок, а также знать технику спуска со склона в основной стойке без палок.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основ-	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.	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».

			ной стойке и подъем на него «полуелочкой» на лыжах без палок.			
60	<b>Подъем и спуск под уклон на лыжах с палками.</b>	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также технику спуска со склона в основной стойке с лыжными палками. Познакомиться с техникой торможения.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; формировать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками, торможение падением.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Торможение падением.	
61	<b>Прохождение дистанции 1 км на лыжах.</b>	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км, знать технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками.	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> уметь проходить на лыжах	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.	Скользящий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на.	

			дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками.			
62	<b>Скользкий шаг на лыжах «змейкой».</b>	Знать, как выполняется скользящий шаг на лыжах «змейкой»; знать вариант биатлонного упражнения.	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> 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.	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»; упражнение в метании на точность.	
63	<b>Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах.</b>	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1,5 км.	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> 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.	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание.	
64	<b>Контрольный урок по лыжной подготовке</b>	Узнать, как проводятся занятия по лыжной подготовке.	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла	Ступающий и скользящий шаг как с лыжными палками, так и без них; спуск со склона в	

	е.		<p>мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в индивидуальной и групповой работе.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять различные лыжные ходы, спускаться со склона и подниматься на него, тормозить падением.</p>	<p>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.</p>	<p>основной стойке; подъем на склон «полуелочкой»; торможение падением.</p>
--	----	--	--	--	---

**Лёгкая атлетика**

65	<b>Техника прыжка в высоту с прямого разбега.</b>	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны».	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических</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>	<p>Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны».</p>
----	---	--	---	--	--

			скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны».			
66	<b>Прыжок в высоту с прямого разбега.</b>	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны».	<b>Коммуникативны</b> <b>е:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны».	
67	<b>Прыжок в высоту спиной вперед.</b>	Знать, что такое прыжок в высоту спиной вперед, как он выполняется, правила игры «Грибы-шалуны».	<b>Коммуникативны</b> <b>е:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. <b>Регулятивные:</b> формировать умение осуществлять	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.	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Подвижная игра «Грибы-шалуны».	

			<p>действие по образцу и заданному примеру; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны».</p>			
68	<b>Прыжки в высоту.</b>	Знать, что такое прыжки в высоту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалуны».	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны».</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.	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Грибы-шалуны».	
69	<b>Броски и ловля мяча в парах.</b>	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел».	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел».	



			<p>(контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел».</p>	<p>социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	
70	<b>Броски и ловля мяча в парах.</b>	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел».	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> адекватно оценивать свои действия и разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел».</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 навыков сотрудничества в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие навыков сотрудничества самостоятельности и личной ответственности за свои.</p>	<p>Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел».</p>
71	<b>Ведение мяча.</b>	Знать, что такое ведение мяча,	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать</p>	<p>Развитие мотивов учебной</p>	<p>Разминка с мячом. Броски и ловля мяча</p>

		как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки».	<p>навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> 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>	<p>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.</p>	<p>различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки».</p>
72	<b>Ведение мяча в движении.</b>	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в</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 за свои поступки на основе представлений о нравственных.</p>	<p>Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты.</p>

			движении, участвовать в эстафетах.			
73	<b>Эстафеты с мячом.</b>	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах.	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.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом.	
74	<b>Подвижные игры с мячом.</b>	Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Антивышибалы».	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т.е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антивышибалы».	

			играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Антивышибалы».			
75	<b>Подвижные игры.</b>	Знать правила проведения подвижных игр.	<p><b>Коммуникативные:</b> строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	Разминка с мячом. Подвижные игры. Подведение итогов четверти.	
76	<b>Броски мяча через волейбольную сетку.</b>	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку.	<p><b>Коммуникативные:</b> формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.</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.	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	

			<b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами».			
77	<b>Точность бросков мяча через волейбольную сетку.</b>	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность.	<b>Коммуникативные:</b> е: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность.	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.	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	
78	<b>Подвижная игра «Вышибалы через сетку».</b>	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».	<b>Коммуникативные:</b> е: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролировать свою	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	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	

			<p>деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».</p>	<p>установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>	
79	<b>Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций</b>	<p>Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».</p>	<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.</p>	<p>Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».</p>
80	<b>Бросок набивного мяча от груди.</b>	<p>Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других</p>	<p>Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».</p>

			<p>(познавательная инициативность).  <b>Регулятивные:</b>  осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.  <b>Познавательные:</b>  уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».</p>	людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
81	<b>Бросок набивного мяча снизу.</b>	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».	<p><b>Коммуникативные:</b>  представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).  <b>Регулятивные:</b>  осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.  <b>Познавательные:</b>  уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу;</p>	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку».

			играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку».			
82	<b>Подвижная игра «Точно в цель».</b>	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель».	<b>Коммуникативные:</b> формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. <b>Регулятивные:</b> формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> 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.	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Точно в цель».	
<b>Гимнастика с элементами акробатики</b>						
83	<b>Лазанье по канату.</b>	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу».	<b>Коммуникативные:</b> формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций.	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по канату. Подвижная игра «Белки в лесу».	



			разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу».			
84	<b>Тестирование виса на время.</b>	Знать, как проводится тестирование виса на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с малыми мячами, тестирование виса 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.	Разминка с малыми мячами. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Точно в цель».	
85	<b>Тестирование наклона вперед из положения стоя.</b>	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки».	

			разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки».			
86	<b>Тестирование прыжка в длину с места.</b>	Знать, как проводится тестирование прыжков в длину, как играть в подвижную игру «Собачки».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки».	
87	<b>Тестирование подтягивания на низкой перекладине.</b>	Знать, как проводится тестирование подтягивания на низкой перекладине, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро».	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществ-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро».	

			<p>лять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро».</p>			
88	<b>Тестирование подъема туловища за 30 с.</b>	Знать, как проводится тестирование подъема туловища за 30 с, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро».	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро».	
<b>Лёгкая атлетика</b>						
89	<b>Беговые упражнения.</b>	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдунчики».	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Колдунчики».	

			<p><b>Регулятивные:</b> формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики».</p>	отзывчивости.		
90	<b>Тестирование бега на 30 м с высокого старта.</b>	Знать, как сдается тестирование бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики».	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики».</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.	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики».	
91	<b>Тестирование челночного бега 3x10м.</b>	Знать, как сдается тестирование челночного бега 3x10 м. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3x10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее».	

			<p>излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».</p>	<p>ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>		
92	<b>Тестирование метания мешочка на дальность.</b>	<p>Знать, как сдаётся тестирование метания мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстро».</p>	<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.</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее».</p>	
93	<b>Командная подвижна</b>	<p>Знать, что такое координация движений, для</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и</p>	<p>Разминка, направленная на развитие коор-</p>	

	<b>я игра «Хвостики».</b>	чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка».	учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка».	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.	динации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка».
94	<b>Русская народная подвижная игра «Горелки».</b>	Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц».	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра	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.	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц».

			в птиц».			
95	<b>Командные подвижные игры.</b>	Знать правила игры «День и ночь», понимать, что значит команда. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики».	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь».</p>	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.	Разминка в движении. Подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь».	
96	<b>Подвижные игры с мячом.</b>	Знать игры, в которых используется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом».	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом».</p>	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.	Разминка в движении. Подвижные игры «Вышибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом».	

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

**Подвижные игры**

98	<b>Подвижные игры для зала.</b>	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть.	<p><b>Коммуникативны</b> <b>е:</b> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с игровым</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие.
----	---------------------------------	--	--	--	---



			упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала.			
99	<b>Подвижные игры для зала.</b>	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть.	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие.	

### Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ ур	Тема урока	Планируемые результаты			Деятельность учащихся	Дата
		предметные	метапредметные	личностные		
<b>Знания о физической культуре</b>						

1	<b>Организационно-методические требования на уроках физической культуры</b>	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 личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры  «Ловишка» и «Колдунчики»
2	<b>Физические качества</b>	Называть физические качества, выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила подвижной игры «Командные хвостики»	<i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оце-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на	Разминка, направленная на развитие координации движений, физические качества, метание гимнастической палки ногой, подвижная игра «Командные хвостики».

			<p>нивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах и о технике выполнения метания гимнастической палки ногой, играть в подвижную игру «Командные хвостики»</p>	<p>безопасный и здоровый образ жизни</p>		
<b>Легкая атлетика</b>						
<b>3</b>	<b>Тестирование бега на 30 м с высокого старта</b>	<p>Выполнять беговую разминку, знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр «Ловишка», «Салки — дай руку»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»</p>	
<b>4</b>	<b>Техника челночного бега</b>	<p>Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,</p>	<p>Разминка в движении, техника челночного бега, подвижные игры «Прерванные пятнашки», «Салки — дай</p>	

		руку»	цели. <i>Познавательные:</i> рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»	сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	руку»	
5	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Колдунчики»	<i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м и правила подвижной игры «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3x10м с высокого старта, подвижная игра «Колдунчики»	
6	Техника метания мешочка на дальность	Знать технику метания мешочка на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	<i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою спо	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	Разминка с мешочками, техника метания мешочка на дальность, подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»	

			<p>способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»</p>	<p>людям, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки</p>	
7	<p><b>Тестирование метания мешочка на дальность</b></p>	<p>Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижной игры «Хвостики»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Хвостики»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций</p>	<p>Разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Хвостики»</p>
8	<p><b>Техника прыжка в длину с разбега</b></p>	<p>Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли об-</p>	<p>Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с</p>

		правила подвижной игры «Флаг на башне»	устной форме, устанавливать рабочие отношения.  <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  <i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	учающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	
9	<b>Прыжок в длину с разбега</b>	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из	Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	

			<p>через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</p>	спорных ситуаций		
10	Прыжок в длину с разбега на результат	Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, знать правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат, подвижные игры «Салки» и «Флаг на башне»	
11	Тестирование метания малого мяча на точность	Выполнять разминку с малыми мячами, знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная	

		подвижной игры «Бездомный заяц»	отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	игра «Бездомный заяц»	
12	Тестирование прыжка в длину с места	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила тестирования прыжка в длину с места, понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	<i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	
Подвижные игры						
13	Подвижные игры	Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, договариваться и выбирать подвижные игры для совместной игры	<i>Коммуникативные</i> : организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со	Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат, подвижные игры по желанию учеников	



			<p>мнение.</p> <p><i>Регулятивные:</i> использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в длину с разбега на результат, выбирать подвижные игры и играть в них</p>	<p>сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	
14	Подвижная игра «Кот и мыши»	<p>Выполнять разминку у гимнастической стенки, упражнения в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мыши»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять подлезания, играть в подвижную игру «Кот и мыши»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка у гимнастической стенки, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши»</p>
15	Ловля и броски малого мяча в парах	<p>Выполнять разминку с малыми мячами, знать, как выполняются броски и ловля малого мяча в</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>	<p>Разминка с малыми мячами, броски и ловля малого мяча в парах, подвижная игра «Салки с</p>

		парах, правила подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).  <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее.  <i>Познавательные:</i> повторить упражнения с малым мячом как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кружочками»	обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	резиновыми кружочками»
16	Подвижная игра «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<i>Коммуникативные</i> : использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.  <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  <i>Познавательные:</i> выполнять броски и ловлю мяча в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликт  ты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»

			парах, играть в подвижную игру «Осада города»			
17	Репродуктивный	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<p><i>Коммуникативные</i> : сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять упражнения с мячом в парах, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	
18	Ведение мяча	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»	Коммуникативные : слушать друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на	Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»	

			<p><i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»</p>	безопасный образ жизни		
19	Упражнения с мячом	Знать, что такое дневник самоконтроля, выполнять разминку с мячами в движении, упражнения с мячом, знать правила подвижной игры «Ночная охота»	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, играть в</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Дневник самоконтроля, разминка с мячами в движении, упражнения с мячом, подвижная игра «Ночная охота»	

			подвижную игру «Ночная охота»			
20	Подвижные игры	Выполнять разминку с мячами, упражнения с мячом, знать правила выбранных подвижных игр	<p><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.</p> <p><i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр</p>	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	Разминка с мячами в движении, упражнения с мячом, 1—2 подвижные игры	
21	Броски и ловля мяча в парах	Знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<p><i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные:</i> про</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со	Разминка в парах, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	

			<p>ектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»</p>	сверстниками		
22	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<p><i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	
23	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение</p>	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами	

		«сверху», правила подвижной игры «Вышибалы»	выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», играть в подвижную игру «Вышибалы»	социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности	«снизу» и «сверху», подвижная игра «Вышибалы»	
24	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, 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, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие действия по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техника ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, подвижная игра «Охотники и утки»	

			после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»			
25	Эстафеты с мячом	Знать, как проводятся эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности , сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка в движении с мячом, техника ведения мяча, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и утки»	
26	Упражнения и подвижные игры с мячом	Знать, как участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие	Разминка с мячом в движении, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и зайцы»	



			<p>новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»</p>	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
--	--	--	--	---	--	--

**Знание о физической культуре**

27	Режим дня	<p>Знать, что такое режим дня, выполнять разминку с малыми мячами, упражнения в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мыши»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать о режиме дня, подлезать под препятствие, играть в подвижную игру «Кот и мыши»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Режим дня, разминка с малыми мячами, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши»</p>	
28	Частота сердечных сокращений, способы ее измерения	<p>Знать, что такое частота сердечных сокращений и способы ее измерения, выполнять разминку с мячами,</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>	<p>Частота сердечных сокращений и способы ее измерения, разминка с мячами,</p>	

		<p>знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»</p>	<p>информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кольцами»</p>	<p>обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>техника ведения мяча, подвижная игра «Салки с резиновыми кольцами»</p>
--	--	--	---	--	---

**Гимнастика с элементами акробатики**

29	Упражнения на координацию движений	<p>Выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, понимать правила подвижной игры «Командные хвостики»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции,</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций,</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, метание гимнастической палки ногой, подвижная игра «Командные хвостики»</p>
----	------------------------------------	---	--	---	---

			<p>адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать и показывать технику выполнения метания гимнастической палки ногой, правила подвижной игры «Командные хвостики»</p>	<p>формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
30	<p>Тестирование наклона вперед из положения стоя</p>	<p>Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Бездомный заяц»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Бездомный заяц»</p>	<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</p>		
31	<p>Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30</p>	<p>Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования подъема туловища, правила подвижной игры «Вышибалы»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на</p>	<p>Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Вышибалы»</p>	

			<p>сверстников. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	<p>основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		
32	<p>Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись</p>	<p>Выполнять разминку, направленную на развитие координации Движений, знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Вышибалы»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.  <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	<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</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Вышибалы»</p>	
33	<p>Тестирование виса на время</p>	<p>Выполнять разминку у гимнастической стенки, знать правила тестирования виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.  <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> проходить те</p>	<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</p>	<p>Разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян»</p>	

			тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»	свободе		
34	Кувырок вперед	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняются 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	Разминка на матах, кувырок вперед, подвижная игра «Удочка»	
35	Кувырок вперед с трех шагов	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.	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	Разминка на матах, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	

			<i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»	о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей	
36	Кувырок вперед с разбега	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега	<i>Коммуникативные</i> : работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и кувырок вперед с разбега	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 и ценностей	Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега
37	Усложненные варианты выполнения кувырка	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, с разбега и усложненные варианты кувырка вперед	<i>Коммуникативные</i> : работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  <i>Регулятивные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега, усложненные

	вперед		<p>осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега, усложненные варианты кувырка вперед</p>	<p>ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	<p>варианты кувырка вперед</p>	
38	Стойка на лопатках, мост	<p>Выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполняются усложненные варианты кувырка вперед, технику выполнения стойки на лопатках и моста, правила игры «Волшебные елочки»</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	<p>Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, подвижная игра «Волшебные елочки»</p>	

			<p>цель. <i>Познавательные</i>: выполнять усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка</p>		
39	Круговая тренировка	<p>Знать, как сохранять правильную осанку, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»</p>	<p><i>Коммуникативные</i>: слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><i>Регулятивные</i>: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.</p> <p><i>Познавательные</i>: выполнять круговую тренировку, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»</p>



40	Стойка на голове	Знать, какую первую помощь нужно оказать при мелких травмах, технику выполнения стойки на голове	<p><i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее.</p> <p><i>Познавательные:</i> оказывать первую помощь при легких травмах, выполнять стойку на голове и упражнения на внимание</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка с гимнастической палкой, первая помощь при травмах, стойка на голове, упражнения на внимание на матах	
41	Лазанье и пере-лезание по гимнастической стенке	Знать технику выполнения стойки на голове, как лазать и перелезать по гимнастической стенке, какую помощь оказывать при травмах, правила игры «Белочка-защитница»	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению</p>	<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</p>	Разминка с гимнастическими палками, первая помощь при травмах, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, стойка на голове, подвижная игра «Белочка-защитница»	

			<p>препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> оказывать первую помощь, выполнять стойку на голове, лазать и перелезать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>			
42	Различные виды перелезаний	Знать технику выполнения стойки на голове, различные виды перелезаний, правила игры «Удочка»	<p><i>Коммуникативные</i> : находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними.</p> <p><i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять ее.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове, разные варианты перелезания, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с массажными мячами, техника выполнения стойки на голове, различные виды перелезаний, подвижная игра «Удочка»	
43	Вис зависом одной и двумя	Знать, как подбирать правильный	<i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания	Разминка с массажными мячами,	

	ногами на перекладине	способ перелезания, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами	информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами	знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	различные варианты перелезаний вис завесом одной и двумя ногами, упражнения на внимание	
44	Круговая тренировка	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка со средними обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка»	
45	Прыжки в скакалку	Знать, как выполняются прыжки в ска-	<i>Коммуникативные</i> : работать в группе, добывать	Развитие мотивов учебной деятельности и осо-	Разминка со скакалкой, прыжки в	

		<p>калку, правила подвижной игры «Горячая ЛИНИЯ»</p>	<p>недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	<p>знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,</p> <p>развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>скакалку, подвижная игра «Горячая линия»</p>	
46	Прыжки в скакалку в движении	<p>Знать, как выполняются прыжки в скакалку в движении, правила подвижной игры «Горячая линия»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прыжки в скакалку на месте и в движении, играть в подвижную игру</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки</p>	<p>Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку на месте и в движении, подвижная игра «Горячая линия»</p>	

			«Горячая линия»			
47	Круговая тренировка	Знать, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами, правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Медведи и пчелы»	<p><i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять вис завесом одной и двумя ногами, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка в движении, круговая тренировка, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Медведи и пчелы»	
48	Вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах	Знать технику выполнения вися согнувшись и вися прогнувшись на кольцах, правила подвижной игры «Медведи и пчелы»	<p><i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка в движении, техника выполнения вися согнувшись и вися прогнувшись на кольцах, подвижная игра «Медведи и пчелы»	

			кольцах, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»			
49	Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах	Знать технику выполнения вися согнувшись, вися прогнувшись, переворотов назад и вперед на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Шмель»	<p><i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять вися согнувшись, вися прогнувшись, перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Шмель»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка в движении, вися согнувшись, вися прогнувшись, перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, подвижная игра «Шмель»	
50	Комбинация на гимнастических кольцах	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Шмель»	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять ком-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча, подвижная игра «Шмель»	

			бинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Шмель»			
51	Вращение обруча	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	
52	Варианты вращения обруча	Знать варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с обручами в движении, варианты вращения обруча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

			<p>взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i></p> <p>выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>			
53	Лазанье по канату и круговая тренировка	Знать, как выполняются лазанье по канату, захват каната ногами, круговая тренировка, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p><i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные</i>: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> уметь захватывать канат ногами, лазать по канату', проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	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	Разминка с обручами в движении, лазанье по канату, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	
54	Круговая	Знать, как выполняется захват каната	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознания	Разминка с массажными мячами в	



	тренировка	ногами, правила прохождения станций круговой тренировки, как выбирать подвижную игру	учителя, находить общее решение практической задачи. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <i>Познавательные:</i> лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру	знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	движении, круговая тренировка, подвижная игра, подведение итогов
--	------------	--	---	--	--

**Лыжная подготовка**

55	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	Выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок	<i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> пристегивать крепления, передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах без	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	Организационно-методические требования, ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок
----	---	---	--	--	---

			палок			
56	Повороты переступанием на лыжах без палок	Знать, как пристегивать крепления, как выполняются передвижение на лыжах без палок ступающим и скользящим шагом, поворот переступанием на лыжах без палок	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> самостоятельно пристегивать лыжные крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах переступанием без палок</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок, техника поворота переступанием на лыжах без палок	
57	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками	Знать, как работают руки с лыжными палками, как передвигаться ступающим и скользящим шагом как с лыжными палками, так и без них	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.</p> <p><i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Работа рук с лыжными палками, ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	

			<p><i>Познавательные:</i> пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними</p>			
58	Торможение падением на лыжах с палками	<p>Знать, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом, как выполнять торможение падением, правила подвижной игры «Салки на снегу»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, тормозить падением, играть в подвижную игру «Салки на снегу»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без них, торможение падением, подвижная игра «Салки на снегу»	
59	Прохождение дистанции 1 км на лыжах	<p>Знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формировать</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Техника передвижения на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах, подвижная игра «Салки на снегу»	

			<p>познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить дистанцию Г км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»</p>			
60	Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон	Знать, как выполняются обгон на лыжах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах	<p><i>Коммуникативные</i> : работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Передвижение на лыжах, повороты переступанием на лыжах с палками, техника обгона на лыжах</p>	
61	Подъем на склон «полуелочкой» и спуск на лыжах	Знать, как выполняются подъем на склон «полуелочкой» и спуск со склона в основной стойке	<p><i>Коммуникативные</i> : сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полуелочкой»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Лыжные ходы, подъем на склон «полуелочкой», спуск со склона в основной стойке</p>	
62	Подъем на склон	Знать, как выполняются подъем на склон	<p><i>Коммуникативные</i> : сохранять доброжелательное</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Лыжные ходы, подъем на склон</p>	

	«елочкой»	«елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке	отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.  <i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  <i>Познавательные:</i> выполнять подъем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах	знание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни	«полуелочкой» и «елочкой», спуск со склона в основной стойке	
63	Передвижение на лыжах змейкой	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, как выполняются подъем на склон «елочкой» и спуск в основной стойке	<i>Коммуникативные</i> : сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на склон «елочкой» и спускаться в основной стойке	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Передвижение на лыжах различными ходами и змейкой, подъем на склон «елочкой», спуск со склона в основной стойке	
64	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Передвижение на лыжах змейкой, подвижная игра на лыжах	

		на лыжах «Накаты»	мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.  <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	«Накаты»	
65	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Знать, как проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, как кататься на лыжах со склона и по лыжне	<i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.  <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  <i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1,5 км на лыжах	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах со склона, свободное катание	
66	Контрольный урок по лыжной подготовке	Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой» и	<i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.  <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Ступающий и скользящий лыжный шаг, повороты переступанием на лыжах, передвижение на лыжах змейкой, подъем на склон «полуелочкой» и «елочкой»,	

		спускаться со склона в основной стойке	понимать оценку взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	нормах, социальной справедливости и свободе	спуск со склона в основной стойке	
--	--	--	--	---	-----------------------------------	--

**Подвижные игры**

67	Круговая тренировка	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка в движении круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	
68	Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по гимнастической стенке, правила игры «Белочка-	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слушать друг друга, устанавливать рабочие	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Разминка с обручами, лазанье по гимнастической стенке,	

		защитница»	отношения. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	подвижная игра «Белочка-защитница»	
69	Подвижные игры	Знать технику бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», как выбирать подвижные игры и играть в них	<i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять броски в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с мячом, техника бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижные игры	
70	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры	<i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, рабо-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку,	



		«Забросай противника мячами»	<p>тать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»</p>	<p>социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты</p>	<p>подвижная игра «Забросай противника мячами»</p>	
71	Броски мяча через волейбольную сетку на точность	<p>Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p><i>Регулятивные:</i> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча через</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям</p>	<p>Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра «Точно в цель»</p>	

			волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель»			
72	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p><i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра «Точно в цель»	
73	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча через сетку,</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	

			играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»			
74	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку	Знать, как проходит контрольный урок по броскам мяча через сетку на дальность и точность, правила игры «Вышибалы через сетку»	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять контрольные броски на дальность и точность, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячом, контрольные броски мяча через сетку на дальность и точность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	

**Гимнастика с элементами акробатики**

75	Тестирование вися на время	Знать технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования вися на время, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p><i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль.</p> <p><i>Познавательные:</i></p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование вися на время, подвижная игра «Точно в цель»	
----	----------------------------	--	--	---	---	--

			выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»			
76	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Точно в цель»	<i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные</i> : самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <i>Познавательные</i> : проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Точно в цель»	
77	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Собачки»	<i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные</i> : определять новый уровень отношения к	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Собачки»	

			<p>самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	нормах, социальной справедливости и свободе	
78	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30	Знать правила тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»</p>	<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</p>	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Земля, вода, воздух»

Лёгкая атлетика

79	Знакомство с мячами-хопами	Знать, что такое мячи-хопы, как на них прыгать, правила игры «Ловишка на хобах»	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	<p>Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хобах»</p>
80	Прыжки на мячах-хопах	Знать, как выполняются прыжки на мячах-хопах, правила игры «Ловишка на хобах»	<p><i>Коммуникативные</i> : владеть навыками речевого отображения (описание, объяснение), слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	<p>Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хобах»</p>
81	Тестирование прыжка в длину с места	Знать правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Собачки»	<p><i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим</p>	<p>Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места,</p>

			<p>содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные</i>: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные</i>: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Собачки»-</p>	<p>людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	<p>подвижная игра «Собачки»</p>	
82	Техника метания на точность (разные предметы)	Знать, как выполнять различные варианты метания и бросков на точность, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	<p><i>Коммуникативные</i>: слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные</i>: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.</p> <p><i>Познавательные</i>: правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точность, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Разминка с мешочками, различные варианты метания и бросков на точность, подвижная игра «Земля, вода, воздух»</p>	

83	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</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	Разминка с мешочками, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	
84	Беговые упражнения	Знать, какими бывают беговые упражнения, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Совушка»	<p><i>Коммуникативные</i> : устанавливать рабочие отношения, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка»	



85	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Хвостики»	<p><i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные</i>: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные</i>: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Хвостики»</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	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Хвостики»	
86	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><i>Коммуникативные</i> : владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими нормами родного языка.</p> <p><i>Регулятивные</i>: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные</i>: проходить тестирование челночного бега 3</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	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	

			х 10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	безопасный образ жизни		
87	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность	Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Хвостики»	<p><i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные</i>: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные</i>: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Хвостики»</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 безопасный образ жизни	Разминка в движении, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Хвостики»	
88	Бег на 1000 м	Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без отдыха, правила подвижной игры «Воробьи - вороны»	<p><i>Коммуникативные</i> : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><i>Регулятивные</i>: осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель.</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	Разминка, направленная на развитие гибкости, бег на 1000 м, подвижная игра «Воробьи — вороны»	

			<i>Познавательные:</i> пробежать 1000 м без отдыха, играть в подвижную игру «Воробьи — вороны»	справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни		
89	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»	Знать, как выполняются броски набивного мяча от груди и «снизу», правила игры «Точно в цель»	<i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  <i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч от груди и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с набивным 1 мячом, техника броска набивного мяча от груди и «снизу», подвижная игра «Точно в цель»	
90	Бросок набивного мяча из-за головы на дальность	Знать технику броска набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель»	<i>Коммуникативные</i> : сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  <i>Регулятивные:</i> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять цель.  <i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч от груди, «снизу», из-за головы, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы! подвижная игра «Точно в цель»	

			подвижную игру «Точно в цель»			
91	Преодоление полосы препятствий	Знать, как проходить полосу препятствий, правила игры «Удочка»	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	
92	Усложненная полоса препятствий	Знать, как проходить усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подвижная игра «Совушка»	

			<p>оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»</p>			
93	Прыжок в высоту с прямого разбега	<p>Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Разминка с гимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Бегуны и прыгуны»</p>	
94	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	<p>Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега на результат, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз-</p>	<p>Разминка с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту на результат, подвижная</p>	

		прыгуны»	<p>форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прыжки в высоту с прямого разбега на результат, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	<p>витие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>игра «Бегуны и прыгуны»</p>	
95	Прыжок в высоту спиной вперед	<p>Знать, как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки — дай руку»</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	<p>Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Салки — дай руку»</p>	
96	Контрольный урок по прыжкам в	<p>Знать технику выполнения прыжка в высоту</p>	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга и учителя, пред-</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание</p>	<p>Разминка с перевернутыми гимнастическими</p>	

	высоту	спиной	<p>ставлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»</p>	<p>личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	<p>скамейками, техника прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Салки — дай руку»</p>	
--	--------	--------	--	--	---	--

**Подвижные игры**

97	Подвижная игра «Хвостики»	Знать варианты подвижной игры «Хвостики», правила подвижной игры «Совушка»	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции.</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в различные варианты подвижной игры «Хвостики», в игру малой</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Беговая разминка, различные варианты подвижной игры «Хвостики», подвижная игра «Совушка»</p>	
----	---------------------------	--	--	---	---	--

			подвижности «Совушка»			
98	Подвижная игра «Воробьи - вороны»	Знать правила подвижных игр «Воробьи — вороны» и «Хвостики»	<p><i>Коммуникативные</i> : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> играть в подвижные игры «Хвостики» и «Воробьи — вороны»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми</p>	Разминка на месте, подвижные игры «Воробьи — вороны» и «Хвостики»	
99	Подвижные игры с мячом	Знать упражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тестирования	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p><i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Разминка с помощью учеников, 2—3 подвижные игры, тестирование	



			<i>Познавательные:</i> подбирать разми- ночные упражнения, выбирать по- движные игры с мячом, проходить тестирование			
100	Подвижные игры с мячом	Знать упражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тестирования	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слы- шать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность. <i>Регулятивные:</i> вла- деть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. <i>Познавательные:</i> подбирать разми- ночные упражнения, выбирать по- движные игры с мячом, проходить тестирование	Развитие этических чувств, доброжела- тельности и эмоционально- нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с помощью учеников, 2—3 подвижные игры, тести- рование	
101	Подвижные игры для зала	Знать различные подвижные игры, правила сдачи тестов и кон- трольных уп- ражнений	<i>Коммуникативные</i> : слушать и слы- шать друг друга, устанавливать рабочие отношения, обосновывать свою точку зрения, уважать иное мнение. <i>Регулятивные:</i> владеть средствами саморегуляции, проектировать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной от- зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и	Разминка с гимна- стическими палками, тесты и контрольные упражнения, 2—3 подвижные игры, вы- бранные учениками	

			<p>траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><i>Познавательные:</i> выбирать подвижные игры, учитывая интересы одноклассников, проходить тестирование</p>	находить выходы из спорных ситуаций		
102	Итоговая контрольная работа	Знать правила проведения тестирования	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> рассказать о правилах проведения тестирования</p>	<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</p>	Подведение итогов четверти и года	

### Календарно-тематическое планирование 3 класс

№ урока	Тема урока	Планируемые результаты			Деятельность учащихся	Дата
		предметные	метопредметные	личностные		
<b>Знания о физической культуре</b>						
1	Организационно-методические требования на уроках	Знать, какие организационно-методические требования применяются на	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, работать в группе.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла	Организационно-методические требования, применяемые на уроках	

	физической культуры	уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<p>еять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»</p>	<p>учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	
2	Пас и его значение для спортивных игр с мячом	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Футбол»	
<b>Легкая атлетика</b>						
3	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Сал-	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной</p>	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и	

		ки — дай руку»	<p>условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»</p>	<p>отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	«Салки — дай руку»	
4	Техника челночного бега	<p>Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Разминка в движении, челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»</p>	
5	Тестирование челночного бега 3 x 10м	<p>Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x Юм, правила подвижной игры «Собачки</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических</p>	<p>Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x Юм, подвижная игра «Собачки ногами</p>	

		ногами	<p>помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
6	Способы метания мешочка (мяча) на дальность	Знать, какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><b>Коммуникативные:</b> работать в группе, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Беговая разминка, различные способы метания мешочка на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	
7	Тестирование метания мешочка на дальность	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»	

			метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»			
8	Прыжок в длину с разбега	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p><b>Коммуникативные:</b>с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b>контр олировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b>прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установок на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка на месте, техника прыжка в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	
9	Прыжки в длину с разбега на результат	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p><b>Коммуникативные:</b>д обывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b>видет ь ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка на месте, прыжки в длину с разбега на результат, подвижная игра «Собачки ногами»	

10	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка в движении по кругу, контрольные прыжки в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	
11	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	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	Разминка с малым мячом, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы»	
12	Тестирование прыжка в длину с места	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели,</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Прыжковая разминка, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	

			<p>адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><b>Познавательные:</b>проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»</p>	<p>нормах,</p> <p>социальной справедливости и свободе</p>		
<b>Подвижные игры</b>						
13	Спортивная игра «Футбол»	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<p><b>Коммуникативные:</b>слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b>выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	<p>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</p>	Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Футбол»	
14	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой	<p><b>Коммуникативные:</b>представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b>самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>играть в спортивную игру «Футбол» по</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками</p>	Разминка в движении по кругу, правила спортивной игры «Футбол», броски мяча из-за боковой, контрольная игра в футбол	



			всем правилам			
15	Подвижная игра «Перестрелка»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Перестрелка»	
16	Футбольные упражнения	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячом, футбольные упражнения, подвижная игра «Перестрелка»	
17	Футбольные упражнения в парах	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры	<p><b>Коммуникативные:</b> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Разминка с мячами в парах, футбольные упражнения в парах, подвижная игра	

		«Пустое место»	<p>помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p><b>Познавательные:</b>выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»</p>	<p>роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	«Пустое место»	
18	Футбольные упражнения в парах	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<p><b>Коммуникативные:</b>управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p><b>Познавательные:</b>выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Разминка с мячами в парах, футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»	
19	Подвижная игра «Осада города»	Знать, как вы выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b>слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b>проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b>выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную</p>	<p>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</p>	Разминка с мячом в парах, техника бросков и ловли мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	

			игру «Осада города»			
20	Броски и ловля мяча в парах	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Осада города»	
21	Ведение мяча	Совершенствование техники владения мячом.	Оценивать приобретенные навыки владения мячом.	Осваивать универсальные умения работы в парах.	Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»	
22	Подвижные игры	Совершенствование техники владения мячом.	Оценивать приобретенные навыки	Осваивать универсальные умения работы в коллективе	Разминка в движении, 2—3 подвижные игры, подведение итогов четверти	
<b>Знание о физической культуре</b>						
23	Закаливание	Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со	Закаливание, разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Подвижная цель»	

			<p>елять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»</p>	<p>сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>		
24	Волейбол как вид спорта	<p>Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>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</p>	<p>Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»</p>	
<b>Гимнастика с элементами акробатики</b>						
25	Тестирование наклона вперед из положения стоя	<p>Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	<p>Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Белые медведи»</p>	

			<b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»			
26	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	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	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Белые медведи»	
27	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила игры «Волк во рву»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	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	Прыжковая разминка, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Волк во рву»	

			согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»			
28	Тестирование виса на время	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	
29	Кувырок вперед	Уметь выполнять акробатические элементы. ОРУ с гимнастической палкой.	Показ упражнений с гимнастическими палками с учителем.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений с гимнастическими палками.	Разминка на матах, техника кувырка вперед, подвижная игра «Удочка»	
30	Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Уметь выполнять акробатические элементы.	Знать технику выполнения двигательных действий.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.	Разминка на матах, техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие	
31	Варианты выполнения кувырка вперед	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Разминка на матах с резиновыми кольцами, варианты выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимаш	

			<p>образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b>выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание</p>	<p>нормах, социальной справедливости</p> <p>и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
32	Кувырок назад	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b>с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b>выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка на матах с резиновыми кольцами, техника кувырка назад, подвижная игра «Удочка»	
33	Кувырки	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p><b>Коммуникативные:</b>эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b>определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b>выполнять кувырок вперед и назад,</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и</p>	Разминка с массажным мячом, кувырок вперед, кувырок назад, подвижная игра «Мяч в туннеле»	

			играть в подвижную и фу «Мяч в туннеле»	свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
34	Круговая тренировка	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Разминка с массажным мячом, круговая тренировка, подвижная игра «Мяч в туннеле»	
35	Стойка на голове	Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка с гимнастическими палками, техника выполнения стойки на голове, подвижная игра «Парашютисты»	



36	Стойка на руках	Знать технику стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	<p><b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка с гимнастическими палками, стойка на голове, стойка на руках, подвижная игра «Парашютисты»
37	Круговая тренировка	Знать, как выполнять стойку на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, стойка на голове и руках, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»
38	Вис одной и двумя ногами на перекладине	Знать, как выполнять лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-

			<p>информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b>лаз ать и перелезть на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>		защитница»	
39	Лазанье и пере-лезание по гимнастической стенке	<p>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»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b>слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b>лаз ать и перелезть по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче  ния, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка у гимнастической стенки, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»	
40	Прыжки в скакалку	Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p><b>Коммуникативные:</b>сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b>видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b>прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей,</p>	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	

				ценностей и чувств		
41	Прыжки в скакалку в тройках	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b> прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия»	
42	Лазанье по канату в три приема	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку в тройках, лазанье по канату в три приема, подвижная игра «Будь осторожен»	

43	Круговая тренировка		<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка со скакалками, круговая тренировка, подвижная игра «Будь осторожен»</p>	
44	Упражнения на гимнастическом бревне	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Шмель»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b> прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Шмель»</p>	
45	Упражнения на гимнастических	Знать, как выполнять	<p><b>Коммуникативные:</b> сотрудничать</p>	<p>Развитие мотивов учебной</p>	<p>Разминка, направленная на развитие</p>	

	кольцах	упражнения на гимнастических кольцах и бревне, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p>в ходе групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	<p>деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	<p>координации движений, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»</p>	
46	Круговая тренировка	<p>Знать комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять упражнения на гимнастическом бревне, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки с домиками»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p><b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять комбинацию на кольцах и упражнения на бревне, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка в движении, комбинация на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, круговая тренировка, подвижная игра «Салки с домиками»</p>	
47	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила	<p><b>Коммуникативные:</b> описывать содержание совершаемых действий.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла</p>	<p>Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной</p>	

	скамейке	подвижной игры «Белочка-защитница»	<p>елять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b>лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	гимнастической скамейке, подвижная игра «Белочка-защитница»	
48	Варианты вращения обруча	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	<p><b>Коммуникативные:</b>работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка с обручами, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, варианты вращения обруча, подвижная игра «Перебежки с мешочком на голове»	
49	Круговая тренировка	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	<p><b>Коммуникативные:</b>уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p><b>Регулятивные:</b>самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b>проходить станции круговой тренировки,</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических</p>	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры	

			выбирать подвижные игры и играть в них	потребностей, ценностей и чувств		
<b>Лыжная подготовка</b>						
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом</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	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и метод ее подбора, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> при</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	

			стегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	эстетических потребностей, ценностей и чувств		
52	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	<p><b>Коммуникативные:</b>с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b>сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b>при стегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	
53	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<p><b>Коммуникативные:</b>сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей,</p>	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	



			ходами	ценностей и чувств		
54	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<p><b>Коммуникативные:</b>сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	
55	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<p><b>Коммуникативные:</b>сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	
56	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику	<p><b>Коммуникативные:</b>сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие</p>	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный	

		передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	<p><b>Регулятивные:</b> осущест- влять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> пов орачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах поперемен- ным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый	ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	
57	Попеременный двухшаж-ный ход на лыжах	Знать, как вы- полнять пово- роты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным хо- дом, скользящим и ступающим шагом	<p><b>Коммуникативные:</b> с отрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осущест- влять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> пов орачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах поперемен- ным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый	Поворот на лыжах пере- ступанием и прыжком, попеременный двухшаж-ный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	
58	Однове- менный двухшаж-ный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистан- ции 1 км	<p><b>Коммуникативные:</b> д обывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видет ь ошибку и ис- правлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> пер едвигаться по- переменным и одновременным</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости	Попеременный двух-шажный ход на лыжах, одновременный двух- шажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	

			двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах			
59	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	
60	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться одновременно двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установок на безопасный и здоровый образ жизни	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке на лыжах	
61	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыж-	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без	

		ными палками и без них	коммуникации.  <b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.  <b>Познавательные:</b> пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости  и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	них	
62	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	
63	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.  <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> пов	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	

			<p>орачиваться</p> <p>на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами</p>	<p>нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
64	Попеременный двухшажный ход на лыжах	<p>Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	<p><b>Коммуникативные:</b>сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый</p>	<p>Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах</p>	
65	Попеременный двухшажный ход на лыжах	<p>Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	<p><b>Коммуникативные:</b>сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый</p>	<p>Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах</p>	

			ходом, скользящим и ступающим шагом			
66	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	
67	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	
68	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться од-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование устойчивости на безопасный и здоровый образ	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке	

			новременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	жизни	на лыжах	
69	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться одновременно двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установок на безопасный и здоровый образ жизни	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке на лыжах	
70	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами</p>	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	Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон, спуск со склона в основной стойке	

71	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами</p>	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	Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон, спуск со склона в основной стойке
72	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змейкой», подвижная игра «Накаты»
73	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах, правила подвижной игры «Накаты»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осозн</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответствен-	Спуск на лыжах в приседе, подвижная игра «Накаты», передвижение на лыжах различными



			<p>авать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»</p>	<p>ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	ходами	
74	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со склона в низкой стойке	
75	Контрольный урок по лыжной подготовке	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	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах, выполнять поворот</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной</p>	Ступающий, скользящий шаг на лыжах, попеременный двухшажный и одновременный двухшажный лыжные ходы, повороты переступанием и прыжком на лыжах, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск со склона	

			переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	справедливости и свободе	в низкой стойке	
<b>Подвижные игры</b>						
76	Эстафеты с мячом	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами	
77	Подвижные игры	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Беговая разминка, подвижные игры, подведение итогов четверти	
78	Эстафеты с мячом	Знать различные варианты эстафет с мячом,	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	Разминка с мячами-хопами в парах,	

		правила подвижных игр с мячами-хопами	способствовать продуктивной кооперации.  <b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  <b>Познавательные:</b> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами	взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами	
--	--	---------------------------------------	---	--	--	--

### Гимнастика с элементами акробатики

79	Тестирование виса на время	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  <b>Познавательные:</b> 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 свободесправедливости и свободе	Разминка с мячом в движении, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч»	
80	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  <b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из	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	Разминка с мячом, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Борьба за мяч»	

			положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
81	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания I на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, спортивная игра «Гандбол»	
82	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирова</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	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Гандбол»	

			ние подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, играть в спортивную игру «Гандбол»			
<b>Легкая атлетика</b>						
83	Полоса препятствий	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b> преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	
84	Усложненная полоса препятствий	Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b> преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Совушка»	

			«Совушка»			
85	Прыжок в высоту с прямого разбега	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»</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	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	
86	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»</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	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега на результат, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	
87	Прыжок в высоту спиной вперед	Знать, как прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и	Разминка с перевернутыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту с пря-	

		«Штурм»	коммуникации.  <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  <b>Познавательные:</b> прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе	мого разбега, подвижная игра «Штурм»	
88	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга.  <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  <b>Познавательные:</b> бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу», подвижная игра «Точно в цель»	
89	Броски набивного мяча правой и левой рукой	Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную 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	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы, а также правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»	

			<p><b>Познавательные:</b> бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
90	Тестирование прыжка в длину с места	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка, направленная на подготовку организма к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»	
91	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с мячом на месте и в движении, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол»	



92	Беговые упражнения	Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»
93	Бег на 1000 м	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b> пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол»
94	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной	Разминка с мячом на месте и в движении, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол»

			<p>друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	<p>ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		
--	--	--	--	--	--	--

### Подвижные и спортивные игры

95	Эстафеты с мячом	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами	
96	Подвижные игры	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Беговая разминка, подвижные игры, подведение итогов четверти	

			четверти			
97	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	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	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	
98	Подвижная игра «Пионербол»	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	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	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку	
99	Подготовка к волейболу	Знать, какими бывают волейбольные упраж-	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя,	Развитие мотивов учебной деятельности и	Разминка с мячами в парах, волейбольные	

		нения, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>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</p>	<p>упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол»</p>	
10 0	Контрольный урок по волейболу	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p><b>Познавательные:</b> применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Разминка с мячом в движении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»</p>	
10 1	Знакомство с баскетболом	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной</p>	<p>Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра</p>	

		«Баскетбол»	друг друга и учителя.  <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  <b>Познавательные:</b> брать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	«Баскетбол»	
10 2	Итоговая контрольная работа	Знать правила проведения тестирования	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.  <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  <b>Познавательные:</b> рассказать о правилах проведения тестирования	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	Подведение итогов четверти и года	

#### Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ ур	Тема урока	Планируемые результаты			Деятельность учащихся	Дата
		предметные	мета предметные	личностные		
<b>Знания о физической культуре</b>						
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, работать в группе.  <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	Организационно - методические требования, применяемые на уроках физической культуры,	

		строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	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»	обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	
2	Спортивная игра «Футбол»	Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол»	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты пасов, 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, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол»	
<b>Легкая атлетика</b>						
3	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Беговая разминка, те-	

		подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	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»	отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	стирание бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»
4	Техника челночного бега	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной 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»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка в движении, челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»
5	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, 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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10

			<p>самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	эмоционально-нравственной отзывчивости	м, подвижная игра «Собачки ногами»	
6	Тестирование бега на 60 м с высокого старта	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</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 безопасный образ жизни	Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	
7	Тестирование метания мешочка на дальность	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	Беговая разминка с мешочками, тестирование	



		«Колдунчики»	заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики»	основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	метания мешочка на дальность, метания мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики»	
8	Техника прыжка в длину с разбега	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	
9	Прыжок в длину с разбега на результат	Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футб	

					ол»	
10	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разми нка в движ ении, контр ольн ые прыж ки в длину с разбе га, по- движ ная игра «Ком анд- ные собач ки»	
11	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разми нка с малы ми мяча ми, тести рован ие метан ия малог о мяча на точно сть, подви жная игра «Выш ибал ы»	

12	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям</p>	Разминка с мячами, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Перестрелка»	
13	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	<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</p>	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная	

					игра «Перестрелка»	
14	Тестирование прыжка в длину с места	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»</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	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	

**Подвижные и спортивные игры**

15	Техника паса в футболе	Знать, какие варианты пасов можно применять в футболе, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p><b>Коммуникативные:</b> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	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 спра-	Разминка в движении, техника паса в футболе, подвижная игра «Собачки ногами»	
----	------------------------	--	--	---	--	--

				ведливости и свободе		
16	Контрольный урок по футболу	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила спортивной игры «Футбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка в движении, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	
17	Броски и ловля мяча в парах	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки»	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p><b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки»</p>	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	Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Защита стойки»	
18	Броски мяча в парах на точность	Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою</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 на-	Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита стойки»	

			<p>способность к преодолению препятствий и самокор-рекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки»</p>	<p>ходить выходы из спорных ситуаций</p>		
19	Броски и ловля мяча в парах	<p>Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокор-</p> <p>рекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p><b>Познавательные:</b> бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны»</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям</p>	<p>Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность, подвижная игра «Капитаны»</p>	
20	Броски и ловля мяча в парах у стены	<p>Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила подвижной игры «Капитаны»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.</p> <p><b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p><b>Познавательные:</b> бросать мяч в стену</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	<p>Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная игра «Капитаны»</p>	

			различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны»			
21	Подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада города»	
22	Броски и ловля мяча	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города»	<p><b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	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	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города»	
23	Упражнения с мячом	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<p><b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p>	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	Разминка с мячом, броски и ловля мяча, подвижная игра «Штурм»	

			<b>Познавательные:</b> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм»	ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы		
24	Ведение мяча	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> 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	Беговая разминка, подвижные игры, итоги четверти	
25	Подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь 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, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Беговая разминка, подвижные игры, итоги четверти	
<b>Знание о физической культуре</b>						
26	Зарядка	Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,	Зарядка, техника раз-	



		бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	личных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»
27	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека	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»	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> 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	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»
28	Физкультминутка	Знать, что такое физкультминутка, технику	Коммуникативные: владеть монологической и диалектической формами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного	Физкультминутка,

		<p>выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»</p>	<p>речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»</p>	<p>смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям</p>	<p>разминка с включением упражнений из физкультминутки, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»</p>	
--	--	--	---	---	--	--

**Гимнастика с элементами акробатики**

29	Тестирование подтягиваний и отжиманий	<p>Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы»</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы»</p>	<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</p>	<p>Разминка с гимнастическими и палками, тестирование подтягиваний и отжиманий</p>	
----	---------------------------------------	--	--	---	--	--

					й, подвижная игра «Антивышибалы»	
30	Тестирование вися на время	Знать правила проведения тестирования вися на время, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельно</p> <p>сти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка с гимнастическими палками, тестирование вися на время, подвижная игра «Вышибалы»	
31	Кувырок Вперед	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	

					ка»	
32	Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разми нка на матах , ку- выро к впере д с места , с разбе га, через препя т- ствие, подви жная игра «Удоч ка»	
33	Кувырок назад	Знать правил;! выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	>аряд ка, кувыр ок на- зад, кувыр ок впере д, подви жная игра «Мяч в тунне ле»	
34	Круговая тренировка	Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют,	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,	Заряд ка, круго вая тре- ниров	

		правила выполнения игрового упражнения на внимание	<p><b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание</p>	социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	ка, игровое упражнение на внимание
35	Стойка на голове и руках	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Зарядка, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»
36	Гимнастические упражнения	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка на гимнастических матах с мяче гимнастические упражнения, игровое упражнение на

					внимание	
37	Висы	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Разминка на матах с мячом, висы, подвижная игра «Ловля обезьян»	
38	Лазанье по гимнастической стенке и висы	Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»</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	Разминка с гимнастическим и палками, ланье по гимнастическим стенке, висом одной и двумя ногам подвижная игра «Ловля обезьян с	

					мяч м»	
39	Круговая тренировка	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	<p><b>Коммуникативные:</b>представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b>адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p><b>Познавательные:</b>проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка»	
40	Прыжки в скакалку	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p><b>Коммуникативные:</b>слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.</p> <p><b>Регулятивные:</b>осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b>прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку подвижная игра «Горячая линия»	
41	Прыжки в скакалку в тройках	Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокор-</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку,	

			рекции.  Познавательные: прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия»
42	Лазанье по канату в два приема	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 подвижную игру «Будь осторожен»	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	Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен»
43	Круговая тренировка	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	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, фор-	Разминка со скакалкой, круговая трени



			<p>формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами»</p>	<p>мирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>ровка , подвижная игра «Игра в мяч с фигурами»</p>	
44	Упражнения на гимнастическом бревне	Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	<p>Разминок на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч»</p>	
45	Упражнения на гимнастических кольцах	Знать комбинацию на гимнастических кольцах, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне, играть в подвижную игру</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей</p>	<p>Разминок на скамейках, упражнения на гимнастических кольцах, упра</p>	

			«Салки и мяч»	и чувств	жнен ия на гимна стиче ском бревн е, подви жная игра «Салк и и мяч»
46	Махи на гимнастических кольцах	Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, 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	Разми нка с резин о- выми кольц ами, махи и выкру тна гимна стиче ских ольца х, подви жная игра «Ло- вишк а с мешо чком на голов е»
47	Круговая тренировка	Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастиче-	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: сохранять	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие	Разми нка с резин о- выми кольц ами,

		ской скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять махи и выкрут на кольцах, лазать по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	
48	Вращение обруча	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 преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра	

			различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса»	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	«Катание колеса»	
49	Круговая тренировка	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	Разминка с обручами, стойка на голове, стойка на руках, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса»	

### Лыжная подготовка

50	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	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки	
----	--	--	--	--	---	--

					спорт ивная форм а и инвен тарь, ступа ющий и сколь зящи й шаг на лыжа х без лыжн ых палок	
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	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 выразить 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	Пере движ ение на лы- жах ступа ющи м и сколь зящи м шаго м с лыжн ыми палка ми и без них, повор оты на лыжа х перес тупан ием	

52	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком	
53	Попеременный одношажный ход на лыжах	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгон	

					а на лыж-не	
54	Попеременный одношажный ход на лыжах	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	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыж-не	
55	Одновременный одношажный ход на лыжах	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,	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	Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон	

			обгонять на лыжной трассе		на лыжн е	
56	Одновременный одношажный ход на лыжах	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	Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжн е	
57	Подъем на склон «елочкой», «полу-елочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «пługом»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «пługом»	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	Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке	
58	Подъем на склон «елочкой», «полу-елочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой»,	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной	Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой»	



		<p>технику спуска в основной стойке и торможения «плугом»</p>	<p>самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полулелочкой», «елочкой», тормозить «плугом»</p>	<p>ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	<p>и «полулелочкой», спуск в основной стойке</p>
59	<p>Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах</p>	<p>Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче</p> <p>ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полулелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом»</p>
60	<p>Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах</p>	<p>Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче</p> <p>ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие само-</p>	<p>Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой»</p>

		предмет»	<p>научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»</p>	<p>стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>, «получечкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом»</p>
61	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	<p>Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»</p>	<p>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</p>	<p>Лыжные ходы, подьемы на склоне и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»</p>
62	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	<p>Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-</p>	<p>Лыжные ходы, подь</p>

		склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	<p>слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»</p>	<p>ственной 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</p>	емы на склон и спуск и со склон а, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	
63	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»</p>	<p>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</p>	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуск и со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	
64	Подвижная игра на лыжах	Знать технику спуска со склона в	Коммуникативные: добывать недостающую	Развитие мотивов учебной деятельности и	Передвиж	

	«Накаты»	низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать 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 «Накаты» и «Подними предмет»	осознание личностного смысла уче  ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	ение на лыжах, передвижение «змеёйкой», спуск со склона «змеёйкой», подвижная игра «Накаты»	
65	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать 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 «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче  ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Передвижение на лыжах, передвижение «змеёйкой», спуск со склона «змеёйкой», подвижная игра «Накаты»	
66	Подвижная игра на лыжах	Знать технику спуска со склона в	Коммуникативные: добывать недостающую	Развитие мотивов учебной деятельности и	Передвиж	

	«Накаты»	низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать 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 «Накаты» и «Подними предмет»	осознание личностного смысла уче  ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	ение на лыжах, передвижение «змеёйкой», спуск со склона «змеёйкой», подвижная игра «Накаты»
67	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать 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 «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче  ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет»

68	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче- ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	
69	Прохождение дистанции 2 км на лыжах	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» «Подними предмет»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче- ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной</p>	Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободное катание	
70	Контрольный урок по лыжной	Знать, как передвигаться на	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и	Развитие этических чувств,	Лыжные	

	подготовке	лыжах различными	способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	ходы, передвижение на лыжах «змежкой», подъем на склон «лесенкой»,
--	------------	------------------	--	--	--

**Подвижные и спортивные игры**

71	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты</p>	Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»
72	Подвижная игра «Пионербол»	Знать технику выполнения бросков мяча через сетку, варианты ловли мяча, правила	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего</p> <p>Познавательные:</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной</p> <p>Познавательные: бросать мяч через волейбольную</p>	Разминка с мячом, броски мяча через волей

			бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол»	сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол»	больную сетку и ловля мяча, подвижная игра «Пионербол»	
73	Упражнения с мячом	Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол»	
74	Волейбольные упражнения	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»	



75	Контрольный урок по волейболу	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	<p>Разминок с мячом в движении, умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»</p>
----	-------------------------------	---	---	---	---

**Гимнастика с элементами акробатики**

76	Знакомство с опорным прыжком	<p>Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хобах»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной</p>	<p>Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыж</p>
----	------------------------------	--	---	---	--

				справедливости и свободе	ок в высот у спиной вперед, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хобах»	
77	Опорный прыжок	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хобах»	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 хобах»	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	Разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хобах»	
78	Контрольный урок по опорному прыжку	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной по-	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Разминка с включенными	

		двигной игры	самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  Познавательные: выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее	сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	упражнениями из физкультминутки, опорный прыжок, подвижная игра
--	--	--------------	--	---	---

**Легкая атлетика**

79	Полоса препятствий	Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения 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 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	Разминка в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»
80	Усложненная полоса препятствий	Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Разминка в движении, услож

		опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка»	Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности. Познавательные: преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть	роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	ненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»	
81	Прыжок в высоту с прямого разбега	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	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	
82	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие	Разминка со скаме	

		способом «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»	и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	йка-ми, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»
83	Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы»	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	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-

					за головы», подвижная игра «Точно в цель»	
84	Броски набивного мяча правой и левой рукой	ббивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	<p>ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»	
85	Тестирование прыжка в длину с места	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	<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</p>	Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирован	

					ие прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»
86	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол»
87	Бег на 1000 м	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная

				свободе	игра «Футбол»	
88	Беговые упражнения	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики»</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	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики»	
89	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ножной мяч»</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	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ножной мяч»	
90	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x Юме высокого старта, правила подвижной игры	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие	Беговая разминка, тестирование	



		«Бросай далеко, собирай быстрее»	<p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование челночного бега 3 x Юм, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	челночного бега 3 x Юм, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»
91	Тестирование метания мешочка на дальность	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры «Флаг на башне»	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p><b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</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	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Флаг на башне»
<b>Гимнастика с элементами акробатики</b>					
92	Тестирование виса на время	Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<p><b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка с гимнастическими палками, те-

			<p>Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»</p>	<p>за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>стиро вание виса на вре-мя, подви жная игра «Борь ба за мяч»</p>	
93	Тестирование наклона из положения стоя	<p>Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол»</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	<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</p>	<p>Разми нка с гимна стиче ским и палка ми, спорт ивная игра «Ганд бол», тести рован ие накло на из поло жени я стоя</p>	
94	Тестирование подтягиваний и отжиманий	<p>Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в</p>	<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</p>	<p>Разми нка, напра влен-ная на разви тие коор-дина ции движен ий, тести рован</p>	

			спортивную игру «Гандбол	свободе	ие подтя гиван ий и отжи мани й, спорт ивная игра «Ганд бол»	
95	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с	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	Разми нка, напра влен- ная на разви тие коор- дина ции движ ений, тести рован ие подъ ема тулов ища из поло жени я лежа за 30 с, спорт ивная игра «Баск етбол »	

**Спортивные и подвижные игры**

96	Баскетбольные упражнения	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	Разми нка с мячо м, баске тболь ные упра ж- нения , броск и мяча в баске тболь ное коль- цо, спорт ивная игра «Баск етбол »	
97	Спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	<p>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</p>	Разми нка с мячо м в движ ении, броск и мяча в баске тболь ное кольц о, спорт ивная игра «Баск етбол »	

98	Футбольные упражнения	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции</p> <p>Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»
99	Спортивная игра «Футбол»	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<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, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»
100	Спортивные игры	Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр	<p>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.</p> <p>Познавательные: передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка в движении, спортивные игры, эстафета с передачей эстафетной

					палочки	
101	Подвижные и спортивные игры	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр,	<p>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.</p> <p>Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года</p>	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	Разми нка в движ ении, спорт ивны е и подви жные игры,	
102	Итоговая контрольная работа	Знать правила проведения тестирования	<p><b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><b>Познавательные:</b> рассказать о правилах проведения тестирования</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	Подв едени е ито го в четве рти и года	

## V. ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ

**Д** – демонстрационный экземпляр ( 1 экземпляр);

**К** – полный комплект (для каждого ученика);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

**П** – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1</b>	<b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>	
<b>2</b>	Стандарт начального общего образования по физической культуре	<b>Д</b>
<b>1.2</b>	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008.	<b>Д</b>
<b>1.3</b>	Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2005.	<b>Ф</b>
<b>1.4</b>	Рабочая программа по физической культуре	<b>Д</b>
<b>1.5</b>	Лях В.И. Физическая культура Предметная линия учебников Москва «Просвещение» 2014	<b>Д</b>
<b>2</b>	<b>Дополнительная литература для учителя</b>	
<b>2.1</b>	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	<b>Ф</b>
<b>2.2</b>	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 1998	<b>Д</b>
<b>2.3</b>	Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физкультуре 1, 2,3,4 класс Москва «Вако» 2014	<b>Д</b>
<b>3</b>	<b>Дополнительная литература для обучающихся</b>	
<b>3.1</b>	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	<b>Д</b>
<b>4</b>	<b>Технические средства обучения</b>	
<b>4.1</b>	Компьютер	<b>Д</b>
<b>4.2</b>	Мультимедиапроектор	<b>Д</b>
<b>5</b>	<b>Учебно-практическое оборудование</b>	
<b>5.1</b>	Канат для лазанья	<b>П</b>
<b>5.2</b>	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	<b>П</b>
<b>5.3</b>	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	<b>Ф</b>
<b>5.4</b>	Палка гимнастическая	<b>Ф</b>
<b>5.5</b>	Скакалка детская	<b>К</b>
<b>5.6</b>	Мат гимнастический	<b>Ф</b>

5.7	Кегли	Ф
5.8	Обруч пластиковый детский	К
5.9	Рулетка измерительная	К
<b>6</b>	<b>Средства первой помощи</b>	
6.1	Аптечка в медицинском кабинете	Д

## VI. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Содержательной и критериальной основой для разработки данной программы явились планируемые результаты освоения ООП НОО.

В результате обучения обучающиеся на ступени начального общего образования:

- начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
- начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.
- освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;
- освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств; измерять величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
- научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;
- приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия; выполнять



акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; передвигаться на лыжах и плавать простейшими способами; будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;

- освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол; в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия

### **Знания о физической культуре**

*Выпускник научится:*

- 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, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное 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 и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- 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 с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

### **Способы физкультурной деятельности**

*Выпускник научится:*

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и 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, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультурминуток, 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;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

### **Физическое совершенствование**

*Выпускник научится:*

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и 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 на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объема);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах

