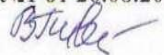


**Отдел образования Сосновоборского района
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школы села Индерка Сосновоборского района**

**Рассмотрена на заседании
учителей физической культуры
Протокол**

№1 от 26.08.2016 г



**РМО Принята на
заседании педсовета**

Протокол № 15

от 29. 08.2016г.

Утверждена

Приказом № 151

от 01.09.2016.



**Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы
села Индерка Сосновоборского района
Пензенской области**

**Автор-составитель программы:
Зябирова З.Х.**

2016 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ СОШ с. Индерка, Примерной программы по физической культуре начального общего образования .

1. Планируемые результаты освоения курса физической культуры.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

В результате освоения программного материала к концу 1-го года обучения ученик получит знания:

Знания о физической культуре. Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получают первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получают представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получают первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

Гимнастика с элементами акробатики. Ученики научатся строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйся», «смирно», «по порядку рассчитайся», «на первый-второй рас-считайся», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах.

Легкая атлетика. Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3х 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

Лыжная подготовка. Ученики научатся переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»; выполнять ступающий и скользящий шаг как с палками, так и без, повороты переступанием как с палками, так и без, подъем на склон «полуелочкой» с лыжными палками, и без них, спуск под уклон в основной стойке с лыжными палками и без них; торможение падением; проходить дистанцию 1,5 км; кататься на лыжах «змейкой».

Подвижные игры. Ученики научатся играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совуш-ка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы-

шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь»; выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

Учебный предмет «Физическая культура» тесно взаимосвязан со всеми предметами школьного курса. Практически вся тематика Физической культуры базируется на знаниях, получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках Физической культуры непременно используется межпредметная связь:

- обж - ЗОЖ, оказание первой медицинской помощи, обморожения, ожоги;
- география - туризм, выживание в природе;
- химия - процессы дыхания;
- физика - природные явления, ускорение, расстояние, масса, мощность, сила;
- история - история Олимпийских игр, история спорта;
- математика - расстояние, скорость;
- биология -режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;

В результате освоения программного материала к концу **2-го** года обучения ученик получит знания:

- по разделу «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;
- по разделу «**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;
- по разделу «**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;
- по разделу «**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, обго-

нять друг друга, подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»;

- по разделу «**Подвижные игры**» — играть в подвижные игры: «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 мешочком на голове», «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.

Учебный предмет «Физическая культура» тесно взаимосвязан со всеми предметами школьного курса. Практически вся тематика Физической культуры базируется на знаниях, получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках Физической культуры непременно используется межпредметная связь:

- обж - ЗОЖ, оказание первой медицинской помощи, обморожения, ожоги;
- география - туризм, выживание в природе;
- химия - процессы дыхания;
- физика - природные явления, ускорение, расстояние, масса, мощность, сила;
- история - история Олимпийских игр, история спорта;
- математика - расстояние, скорость;
- биология - режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;

В результате освоения программного материала к концу **3-го** года обучения ученик получит знания:

- по разделу «**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;
- по разделу «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 перелезать 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;

- по разделу «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;
- по разделу «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»;
- по разделу «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 с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хобах», «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).

Учебный предмет «Физическая культура» тесно взаимосвязан со всеми предметами школьного курса. Практически вся тематика Физической культуры базируется на знаниях, получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках Физической культуры непременно используется межпредметная связь:

- обж - ЗОЖ, оказание первой медицинской помощи, обморожения, ожоги;
- география - туризм, выживание в природе;
- химия - процессы дыхания;

- физика - природные явления, ускорение, расстояние, масса, мощность, сила;
- история - история Олимпийских игр, история спорта;
- математика - расстояние, скорость;
- биология -режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;

В результате освоения программного материала к концу **4-го** года обучения ученик получит знания:

- по разделу **«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;
- по разделу **«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, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;
- по разделу **«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;
- по разделу **«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»;
- по разделу **«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).

Учебный предмет «Физическая культура» тесно взаимосвязан со всеми предметами школьного курса. Практически вся тематика Физической культуры базируется на знаниях, получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках Физической культуры непременно используется межпредметная связь:

- обж - ЗОЖ, оказание первой медицинской помощи, обморожения, ожоги;
- география - туризм, выживание в природе;
- химия - процессы дыхания;
- физика - природные явления, ускорение, расстояние, масса, мощность, сила;
- история - история Олимпийских игр, история спорта;
- математика - расстояние, скорость;
- биология -режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;

2. Содержание курса физической культуры. (405 часа)

Укрепление здоровья и личная гигиена (125 час)

Знания о физической культуре. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Утренняя зарядка, ее роль и значение, гигиенические требования и правила выполнения комплексов утренней зарядки. Физкультминутки, их роль и значение, правила проведения и выполнения комплексов физкультминуток. Физкультпаузы, их роль и значение, правила проведения и выполнения комплексов упражнений (дыхательных, на профилактику нарушения зрения и т.п.). Закаливающие процедуры, их роль и значение, гигиенические требования, правила и способы проведения. Общие представления об осанке, ее влиянии на здоровье человека, правила выполнения упражнений на формирование правильной осанки.

Правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке, требования к одежде и обуви для занятий физической культурой. Деятельность оздоровительной направленности. Составление комплексов упражнений утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз. Проведение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, комплексов упражнений на формирование правильной осанки и коррекции физического развития (по индивидуальным заданиям), закаливающих процедур (способами обтирания и

обливания под душем).

Проведение подвижных игр со сверстниками во время активного отдыха и досуга, подготовка мест для игр, подбор соответствующего инвентаря и оборудования.

Простейшие наблюдения за своим самочувствием в процессе занятий физической культурой. Измерения своего роста, массы тела, определение правильности осанки и формы стопы.

Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью. Комплексы общеразвивающих упражнений на укрепление мышц опорно-двигательного аппарата, дифференцирование мышечных усилий и координацию движений, развитие подвижности суставов и гибкости. Комплексы корригирующей гимнастики на формирование правильной осанки и телосложения, профилактику нарушения зрения. Упражнения дыхательной гимнастики. Специальные упражнения адаптивной физической культуры (в соответствии с индивидуальными показателями здоровья и физического развития).

Физическое развитие и физическая подготовка

(280 часов)

Знания о физической подготовке. Общие представления о физических упражнениях и их отличии от бытовых движений и действий, правила выполнения общеразвивающих физических упражнений. Правила и приемы организующих команд.

Общие представления о физическом развитии человека, правила измерения роста и массы тела. Общие представления о физической подготовке человека и сведения об упражнениях по ее измерению. Правила измерения силы, быстроты, гибкости и координации.

Физическая нагрузка и ее связь с тренировкой систем дыхания и кровообращения (общие представления).

Правила самостоятельного освоения физических упражнений.

Правила организации и проведения подвижных игр и простейших соревнований.

Способы деятельности с общеразвивающей направленностью. Составление комплексов упражнений на развитие основных физических качеств и самостоятельное их выполнение. Изменение физической нагрузки во время выполнения физических упражнений (по скорости и темпу выполнения, по количеству повторений и продолжительности выполнения).

Наблюдение за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, измерение показателей физической подготовки.

Физическая подготовка с общеразвивающей направленностью.

Жизненно-важные двигательные навыки и умения. Ходьба, бег, прыжки разными способами и из разных исходных положений; с различной амплитудой, траекторией и направлением движений; на ровной, наклонной и возвышенной опоре. Преодоление малых препятствий прыжком с места, разбега, опорой на руки, запрыгиванием и спрыгиванием, перелезанием, переползанием и проползанием.

Лазание по гимнастической стенке различными способами и с различной направленностью передвижения. Лазание по гимнастическому канату (произвольным способом). Преодоление полосы препятствий с использованием разных способов передвижения.

Акробатические упражнения с элементами гимнастики

Организующие команды и приемы: построение и перестроение в шеренгу и колонну; размыкание приставным шагом; повороты на месте и в движении; передвижение в колонне по прямой, по кругу, змейкой. Акробатические комбинации, состоящие из стоек, упоров, поворотов, перекатов, кувырков (вперед и назад), прыжковых упражнений (стоя на месте и с продвижением в разные стороны). Простейшие композиции ритмической гимнастики, состоящие из стилизованных, общеразвивающих, беговых, прыжковых и танцевальных упражнений, выполняемых с различным темпом и амплитудой движений.

1	Урок - познавательная минутка. Безопасное поведение на уроках	Как вести себя в спортивном зале?	Правила поведения. Шеренга. Колонна. Гимнастика. Упражнение . Техника безопасности	Научатся: ориентироваться в понятии «физическая культура»; характеризовать роль и значение уроков физической культуры, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма	<u>Регулятивные:</u> <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <u>Познавательные:</u> <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <u>Коммуникативные:</u> <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Урок-путешествие. Перекаты и группировка	Что такое перекаты?	Разминка с мешочками; перекаты вправо-влево, группировка, подвижная игра «Передача мяча в	Научатся: держать группировку; выполнять упражнения на матах (перекаты вправо-влево), разминку с мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	<u>Регулятивные:</u> <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. <u>Познавательные:</u> <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач. <u>Коммуникативные:</u> <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

				тоннеле»		<i>тивное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение</i>	
3	Спортивный калейдоскоп. Техника бега на 30 м с высокого старта на время	Что такое техника бега?	Беговая разминка, техника высокого старта, тестирование (бег на 30 м с высокого старта), подвижная игра «Салки с домом»	Научатся: выполнять беговую разминку, бег с высокого старта; играть в подвижную игру «Салки с домом»; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе)	<i>Регулятивные:</i> планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	
4	Урок-игра. Челночный бег 3 10 м на время	Что такое челночный бег?	Строевые команды; беговая разминка; техника высокого старта	Научатся: выполнять усложненный вариант беговой разминки, движения под чтение стихотворений; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»; соблюдать правила взаимодействия с игроками;	<i>Регулятивные:</i> целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-</i>	

				организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	<i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> — формулировать собственное мнение и позицию	<i>этическая ориентация</i> — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5	Спортивный марафон. Перекаты и группировка	Что такое перекаты? Что такое группировка?	Перекаты, группировка	Научатся: держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле»	<i>Регулятивные: планирование</i> — применять установленные правила в планировании способа решения задачи. <i>Познавательные: общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. <i>Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества</i> — задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> — мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение

6		Урок-игра. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовки	Как стать выносливым?	Закаливание, физическая подготовка	<p>Научатся: ориентироваться в понятиях «общая» и «специальная физическая подготовка»; 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</p>	<p><i>Регулятивные:</i> планирование — применять установленные правила в планировании способа решения задачи.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — задавать вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><i>Смыслообразование</i> — мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.</p> <p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение</p>
7		Урок-викторина «Техника метания мяча на дальность»	Как правильно и точно выполнять метание мяча?	Теннисный мяч	<p>Знают, как возникла физическая культура в Древнем мире.</p> <p>Научатся выполнять разминку в движении, метание мешочка (мяча) на дальность, упражнения на равновесие; играть в подвижную игру «Жмурки»; организовывать</p>	<p><i>Регулятивные:</i> целеполагание — формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция — вносить изменения в план действия.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные — определять, где применяются действия с мячом; ставить,</p>	<p><i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)</p>

					места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	формулировать и решать проблемы. <i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — задавать вопросы; управление коммуникацией — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	
8	Спортивный марафон «Усложненные перекаты»	Что Такое перекаты? Как выполнять перекаты?	Перекаты	Научатся: выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота	<i>Регулятивные:</i> планирование - выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные:</i> знаково-символические - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. <i>Коммуникативные:</i> инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)	
9	Урок-викторина «Ритм и темп. Виды ритма и	Что такое ритм? Что такое темп?	Темп, ритм.	Научатся: понимать отличия разных способов передвижения;	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — преобразовывать практическую задачу в	<i>Самоопределение</i> —	

		темпа»			ориентироваться в понятиях «темп» и «ритм»; метать мешочек (мяч) на дальность; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»	образовательную. <i>Познавательные:</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <i>Коммуникативные:</i> взаимодействие — задавать вопросы, формулировать свою позицию	осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
10		Спортивный калейдоскоп. Режим дня и личная гигиена человека	Что такое режим дня?	Режим дня, гигиена человека	Научатся: ориентироваться в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «Два Мороза»	<i>Регулятивные:</i> целенаправленно — преобразовывать практическую задачу в образовательную. <i>Познавательные:</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <i>Коммуникативные:</i> взаимодействие — задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
11		Спортивный калейдоскоп «Усложненные перекаты»	Что такое усложненные перекаты?	Перекаты	Научатся: выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц	<i>Регулятивные:</i> контроль и самоконтроль —сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности

					живота;	отличий от эталона. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> — формулировать свои затруднения	за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
12	Спортивный калейдоскоп. Прыжки и их разновидности	Как прыгать вверх на месте? Как стать выносливым?	Прыжок, старт, пульс	Научатся: подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега; выполнять различные виды прыжков, упражнения на расслабление рук, строевые упражнения; играть в подвижную игру «Два Мороза»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<i>Регулятивные: целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные: общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> — формулировать собственное мнение и позицию	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	
13	Режим дня и личная гигиена человека и образ жизни	Что такое режим дня?	Режим дня, гигиена человека	Научатся: ориентироваться в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие	<i>Регулятивные: целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> — использовать речь для	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к	

					<p>внимания; играть в подвижную игру «Два Мороза»</p>	<p>регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.</p>	<p>чужому мнению.</p> <p><i>Самоопределение</i> —</p> <p>самостоятельность</p> <p>и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</p>
14	Кувырок вперед	Как выполнить кувырок вперед?	Кувырок	<p>Научатся: выполнять упражнения с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми</p>	<p><i>Регулятивные: целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i>— использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к чужому мнению.</p> <p><i>Самоопределение</i> —</p> <p>самостоятельность</p> <p>и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</p>	

						и познавательных задач.	
15	Броски малого мяча в горизонтальную цель	Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании?	Теннисный мяч, цель, техника метания	Научатся: выполнять броски мяча в горизонтальную цель, разминку с малыми мячами; играть в подвижную игру «Охотник и зайцы»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость	
16	Урок веселой игры. Русские народные подвижные игры.	Каковы правила при проведении подвижных игр?	Различные названия игр. Что такое правила?	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими	<i>Регулятивные:</i> <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <i>Познавательные:</i> <i>общеучебные</i> - самостоятельно	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	

					упражнениями и подвижными играми	создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</i>	
17		Кувырок вперед	Как выполнить кувырок вперед?	Кувырок вперед	Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»	<i>Регулятивные: целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.</i> <i>Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</i> <i>Коммуникативные: управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль</i>	<i>Нравственно-этическая ориентация —</i> умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
18		Прыжок в длину с места	Как вести контроль за развитием двигательных качеств?	Прыжок с места	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	<i>Регулятивные: целеполагание - формировать и удерживать учебную задачу; прогнозирование - предвидеть уровень усвоения знаний, его</i>	<i>Самоопределение —</i> осознание ответственности человека за общее

						временных характеристик. <i>Познавательные: общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	благополучие и своей ответственности за выполнение долга
19	Комплекс ОРУ на развитие координации движений. Тестирование на время	Какие существуют упражнения на координацию?	Скамейка	Научатся: выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»	<i>Регулятивные: целеполагание</i> — формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. <i>Познавательные: общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения задач	<i>Самоопределение</i> — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физическая культура	
20	Стойка на лопатках. «Мост»	Как выполнить стойку на лопатках?	Мостик, стойка на лопатках	Научатся: ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед;	<i>Регулятивные: целеполагание</i> — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.	Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать	

					отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
21	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Каковы правила выполнения упражнения «наклоны вперед из положения стоя»?	Наклоны вперед	Научатся: выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	<i>Регулятивные:</i> <i>целеполагание</i> - формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. <i>Познавательные:</i> <i>общеучебные</i> - самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <i>Коммуникативные:</i> <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	<i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	

22	Урок калейдоскоп. «Утренняя зарядка. Стойка на лопатках»	Как выполнить стойку на лопатках?	Мостик, стойка на лопатках	Научатся: ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль	Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
23	Стойка на лопатках. «Мост»	Как выполнить стойку на лопатках?	Мостик, стойка на лопатках	Научатся: ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль	Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
24	Физкультминутки, их значение в жизни человека	Что такое физминутки?	Физминутка, здоровье	Научатся: ориентироваться в понятии «физкультминутка»;	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — преобразовывать практическую задачу в	<i>Самоопределение</i> — осознание

				человека	маршировать под стихотворения; выполнять физкультминутку; играть в игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	образовательную. <i>Познавательные: общеучебные</i> — осознанно строить сообщения в устной форме. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> — задавать вопросы, формулировать свою позицию	ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
25	ОРУ. Подтягивание на низкой перекладине	Что такое подтягивание?	Подтягивание, перекладина	Научатся: выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<i>Регулятивные: целеполагание</i> — преобразовывать практическую задачу в образовательную. <i>Познавательные: общеучебные</i> — осознанно строить сообщения в устной форме. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> — задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> — Осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения	
26	Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой	<i>Регулятивные: планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> - навыки сотрудничества в разных	

						<p>выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения</p>	ситуациях
27	Подвижные игры	Каковы правила при проведении подвижных игр?	Различные названия игр. Что такое правила?	<p>Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми</p>	<p><i>Регулятивные: коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)</p>	
28	Урок веселый стих «Выполнение упражнений под	Как выполнять упражнения под музыку	Упражнения	<p>Научатся: выполнять упражнения, в том числе с мячом, под стихотворное сопровождение; выполнять</p>	<p><i>Регулятивные: осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего</p>	<p><i>Самоопределение</i> - проявляют положительное</p>	

		музыку и стихи.			физкультминутку	действия. <i>Познавательные: общеучебные</i> - применять правила и пользоваться инструкциями. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	отношение к школе, к занятиям физической культурой
29		Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями	<i>Регулятивные: планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> - навыки сотрудничества в разных ситуациях
30		Строевые упражнения	Что такое строевые упражнения?	Строевые упражнения	Научатся: выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при	<i>Регулятивные: осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия. <i>Познавательные: общеучебные</i>	<i>Самоопределение</i> - проявляют положительное отношение к школе,

					выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву»	<i>ные</i> - применять правила и пользоваться инструкциями. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	к занятиям физической культурой
31	Урок познавательная гимнастика	Какие правила поведения на уроках гимнастики необходимо знать и выполнять?	Гимнастика. Упражнение Команды учителя. Правила поведения	Научатся: ориентироваться в понятии <i>гимнастика</i> ; характеризовать роль и значение гимнастики в жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответствии с изученными правилами	<i>Регулятивные: целеполагание</i> — формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные: общеучебные</i> — использовать общие приемы решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы и обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> — адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	
32	Упражнения на кольцах	Как выполнять упражнения на кольцах?	Кольца	Научатся: выполнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой тренировки	<i>Регулятивные: целеполагание</i> — преобразовывать практическую задачу в образовательную. <i>Познавательные: общеучебные</i> — использовать общие приемы решения поставленных задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> — ставить вопросы,	<i>Смыслообразование</i> - самооценка на основе критериев успешной деятельности	

						обращаться за помощью	
33	Кувырок вперед	Как выполнить кувырок вперед?	Кувырок вперед	Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль	<i>Правственно-этическая ориентация</i> — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	
34	ОРУ Лазание по гимнастическому канату	Какие правила лазания по гимнастическому канату	Канат	Научатся: организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по канату.	<i>Регулятивные:</i> осуществление учебных действий - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения. <i>Познавательные:</i> общеучебные - ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные:</i> инициативное сотрудничество -	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность к саморазвитию	

						задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	
35		Упражнения на кольцах	Как выполнять упражнения на кольцах?	Кольца	Научатся: выполнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой тренировки	<p><i>Регулятивные:</i> <i>целесолагание</i> — преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><i>Познавательные:</i> <i>общеучебные</i> — использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> <i>инициативное сотрудничество</i> — ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><i>Смыслообразование</i> - самооценка</p> <p>на основе критериев успешной деятельности</p>
36		ОРУ. Подвижные игры «Лазание по гимнастической стенке»	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями	<p><i>Регулятивные:</i> <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные:</i> <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> -</p> <p>навыки сотрудничества в разных ситуациях</p>

						затруднения	
37	Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением, стойку на лопатках, «мост»; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру «Кот и мыши»	<p><i>Регулятивные:</i> планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои затруднения</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> - навыки сотрудничества в разных ситуациях</p>	
38	Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением, стойку на лопатках, «мост»; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру «Кот и мыши»	<p><i>Регулятивные:</i> планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> - навыки сотрудничества в разных ситуациях</p>	

						затруднения	
39		Урок быстрые ножки «Ходьба по канату босыми ногами»	Какие правила лазания по гимнастическому канату	Канат	Научатся: организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по канату.	<p><i>Регулятивные: осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы.</p> <p><i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия</p>	<p><i>Самоопределение</i> —</p> <p>готовность и способность к саморазвитию</p>
40		Подвижные игры	Каковы правила при проведении подвижных игр?	Различные названия игр. Что такое правила?	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<p><i>Регулятивные: коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении</p>	<p><i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)</p>

						<p>проблем различного характера.</p> <p><i>Коммуникативные: управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</i></p>	
41		Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	<p>Научатся: выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Ловля обезьян» (второй вариант)</p>	<p><i>Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</i></p> <p><i>Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</i></p> <p><i>Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои затруднения</i></p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация -</i></p> <p>навыки сотрудничества в разных ситуациях</p>
42		ОРУ. Мы растем вверх	Что такое упражнения?	Упражнения, гимнастика	<p>Научатся: выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру</p>	<p><i>Регулятивные: осуществление учебных действий - использовать речь для регуляции своего действия.</i></p> <p><i>Познавательные: общеучебные - применять правила и пользоваться инструкциями.</i></p>	<p><i>Самоопределение -</i></p> <p>проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической</p>

					«Волк во рву»	<i>Коммуникативные: управление коммуникацией - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</i>	культурой
43	Преодоление полосы препятствий	Что такое полоса препятствий?	Полоса препятствий	Научатся: преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнение на внимание, кувырок вперед; проходить полосу препятствий; организовывать места занятий физическими упражнениями	<p><i>Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</i></p> <p><i>Познавательные: общеучебные — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</i></p> <p><i>Коммуникативные: управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</i></p>	<p><i>Смыслообразование — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)</i></p>	
44	Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и	<p><i>Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</i></p> <p><i>Познавательные: общеучебные - самостоятельно</i></p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях</i></p>	

					перелезть с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Ловля обезьян»	выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	
45	Быстро движемся мы вверх. Лазание и передвижение по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	Гимнастическая стенка	Научатся: выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и перелезть с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Волк во рву»	<i>Регулятивные: планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> - навыки сотрудничества в разных ситуациях	
46	Подвижные игры	Каковы правила при проведении подвижных игр?	Различные названия игр. Что такое правила?	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими	<i>Регулятивные: коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <i>Познавательные: общеучебные</i>	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	

					упражнениями и подвижными играми	<p><i>ные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	
47		Подвижные игры	Каковы правила при проведении подвижных игр?	Различные названия игр. Что такое правила?	<p>Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми</p>	<p><i>Регулятивные: коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)</p>
48		Игровые упражнения	Каковы правила метания	Теннисный	<p>Научатся: выполнять разминку со скакалками;</p>	<p><i>Регулятивные: коррекция</i> – вносить коррективы в</p>	<p><i>Нравственно-этическая</i></p>

		ловкий мяч	теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании?	мяч. Цель. Техника метания	прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	<i>ориентация</i> — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
49		ОРУ Полоса препятствий. Урок познай себя	Что такое полоса препятствий?	Полоса препятствий	Научатся: преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнение на внимание, кувырок вперед; проходить полосу препятствий; организовывать места занятий физическими упражнениями	<i>Регулятивные: коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <i>Познавательные: общеучебные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)

						<i>Коммуникативные: управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</i>	
50		ОРУ Урок веселая скакалка. «Прыжки на скакалках»	Какова поэтапность при обучении прыжкам со скакалкой?	Скакалка	Научатся: выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	<i>Регулятивные: контроль и самоконтроль — использовать установленные правила в контроле способа решения.</i> <i>Познавательные: общеучебные — ставить и формулировать проблемы.</i> <i>Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</i>	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности человека за общее благополучие
51		ОРУ. Подвижная игра «День и ночь»	Каковы правила при проведении подвижных игр?	Различные названия игр. Что такое правила?	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и	<i>Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</i> <i>Познавательные: общеучебные — самостоятельно</i>	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)

					подвижными играми	создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</i>	
52	ОРУ. Урок веселые лыжи. Лыжный кросс	Почему необходимо соблюдать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий.	<i>Регулятивные: планирование - составлять план и последовательность действий.</i> <i>Познавательные: информационные -</i> искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности</i>	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию	
53	ОРУ. Техника смело ступай на лыжню	Какова подготовка спортивного инвентаря для занятий на лыжах?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления.	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий	<i>Регулятивные: планирование - составлять план и последовательность действий.</i> <i>Познавательные: информация</i>	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к	

				Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	проведения занятий; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий.	<i>ионные</i> - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	саморазвитию
54	ОРУ. Урок веселый спуск	Почему необходимо соблюдать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять строевое упражнение «ходьба змейкой и по кругу», разминку под стихотворное сопровождение; играть в подвижную игру «Удочка»; организуемые команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!»; «На лыжи становись!»	<i>Регулятивные: планирование</i> - составлять план и последовательность действий. <i>Познавательные: информация</i> - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию	
55	Техника ступающего шага на лыжах	Что такое «ступающий шаг?» Каковы	Лыжи, лыжные палки и ботинки,	Научатся: выполнять организуемые команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно	<i>Регулятивные: планирование</i> - составлять план и последовательность действий.	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность	

			его преимущества в начальной стадии обучения катанию на лыжах?	крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий	<i>Познавательные: информация -</i> искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией -</i> адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	обучающихся к саморазвитию
56		Техника поворота переступанием вокруг пяток лыж	Каковы правила поворота переступанием вокруг пяток лыж?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий	<i>Регулятивные: планирование -</i> составлять план и последовательность действий. <i>Познавательные: информация -</i> искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией -</i> адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
57		ОРУ. Урок весело мы тянем	Какие правила лазания по гимнастическому	Канат	Научатся: организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать	<i>Регулятивные: осуществление учебных действий -</i> выполнять	<i>Самоопределение</i> — готовность и

			канату		правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по канату.	учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	способность к саморазвитию
58	Техника скользящего шага на лыжах без палок	Каковы правила скользящего шага на лыжах без палок?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, повороты переступанием на лыжах	<i>Регулятивные: планирование</i> - составлять план и последовательность действий. <i>Познавательные: информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию	

59	Техника спуска в основной стойке на лыжах без палок	Каковы правила спуска в основной стойке на лыжах без палок ?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!»; «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	<p><u>Регулятивные:</u> планирование - составлять план и последовательность действий.</p> <p><u>Познавательные:</u> информационные - искать и выделять необходимую информацию из различных источников.</p> <p><u>Коммуникативные:</u> управление коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности</p>	<p><i>Самоопределение</i></p> <p>—</p> <p>готовность и способность обучающихся к саморазвитию</p>
60	ОРУ Весело мы едем по лыжне.	Каковы правила надевания, снятия и переноски лыж в школу?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!»; «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	<p><u>Регулятивные:</u> планирование - составлять план и последовательность действий.</p> <p><u>Познавательные:</u> информационные - искать и выделять необходимую информацию из различных источников.</p> <p><u>Коммуникативные:</u> управление коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей</p>	<p><i>Самоопределение</i></p> <p>—</p> <p>готовность и способность обучающихся к саморазвитию</p>

						деятельности	
61		Техника скользящего шага с палками на лыжах	Как передвигаться скользящим шагом с палками?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	<i>Регулятивные:</i> планирование - составлять план и последовательность действий. <i>Познавательные:</i> информационные - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
62		Упражнения со скакалками	Какова поэтапность при обучении прыжкам со скакалкой?	Скакалка	Научатся: выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	<i>Регулятивные:</i> контроль и самоконтроль — использовать установленные правила в контроле способа решения. <i>Познавательные:</i> общеучебные — ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные:</i> планирование <i>учебного сотрудничества</i> —	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности человека за общее благополучие

						договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
63		Техника торможения палками на лыжах	Каковы правила торможения палками на лыжах?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научатся: выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	<i>Регулятивные:</i> планирование - составлять план и последовательность действий. <i>Познавательные:</i> информационные - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
64		Движение змейкой на лыжах с палками	Каковы правила движение змейкой на лыжах с палками?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм,		<i>Регулятивные:</i> планирование - составлять план и последовательность действий. <i>Познавательные:</i> информационные - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <i>Коммуникативные:</i> управление	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию

				рукавицы, шапочка		<i>ние коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности</i>	
65		Прыжки через скакалку	Какова поэтапность при обучении прыжкам со скакалкой?	Скакалка	Научатся: выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	<i>Регулятивные: контроль и самоконтроль — использовать установленные правила в контроле способа решения.</i> <i>Познавательные: общеучебные — ставить и формулировать проблемы.</i> <i>Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</i>	<i>Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие</i>
66		Контрольный урок по лыжной подготовке	Каковы правила быстрого снятия и надевания лыж и палок в экстремальных условиях?	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм,	Научатся: играть в подвижную игру «Юла»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	<i>Регулятивные: планирование - составлять план и последовательность действий.</i> <i>Познавательные: информационные - искать и выделять необходимую информацию из различных источников.</i>	<i>Самоопределение — готовность и способность обучающихся к саморазвитию</i>

				рукавицы, шапочка		<i>Коммуникативные: управление коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности</i>	
67	Общеразвивающие упражнения с малыми мячами	Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании?	Теннисный мяч, цель. техника метания	Научатся: выполнять бег с перепрыгиванием через препятствия, разминку, направленную на развитие координации движений, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки»	<i>Регулятивные: коррекция - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</i> <i>Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</i> <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью; взаимодействие - строить монологическое высказывание, вести устный диалог</i>	<i>Нравственно-этическая ориентация — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость</i>	
68	Прыжки через скакалку	Какова поэтапность при обучении	Скакалка	Научатся: выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку;	<i>Регулятивные: контроль и самоконтроль — использовать</i>	<i>Самоопределение — осознание</i>	

			прыжкам со скакалкой?		играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	установленные правила в контроле способа решения. <i>Познавательные: общеучебные</i> — ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные: планирование</i> <i>учебного сотрудничества</i> — договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	ответственности человека за общее благополучие
69	Броски и ловля мяча в парах	Каковы правила развития быстроты при передаче баскетбольного мяча и его ловли?	Бросок, ловля, баскетбол	Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	<i>Регулятивные: планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные: планирование</i> <i>учебного сотрудничества</i> — определять общую цель и пути ее	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности	

						<p>достижения;</p> <p><i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию</p>	
70	Разновидности бросков мяча одной рукой	<p>Каковы правила развития быстроты при броске баскетбольного мяча одной рукой?</p>	Бросок, ловля, баскетбол	<p>Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»</p>	<p><i>Регулятивные:</i> планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения;</p> <p><i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p><i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности</p>	
71	Прыжки через скакалку	<p>Какова поэтапность при обучении прыжкам со</p>	Скакалка	<p>Научатся: выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места</p>	<p><i>Регулятивные:</i> контроль и самоконтроль — использовать установленные правила в</p>	<p><i>Самоопределение</i> — осознание ответственности</p>	

			скакалкой?		занятий физическими упражнениями и играми	контроле способа решения. <i>Познавательные: общеучебные</i> — ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные: планирование</i> <i>учебного сотрудничества</i> — договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	человека за общее благополучие
72	Ведение мяча на месте и в движении	Каковы правила ведения баскетбольного мяча ?	Бросок, ловля, баскетбол	Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	<i>Регулятивные: планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные: планирование</i> <i>учебного сотрудничества</i> — определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> - формулировать	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности	

						собственное мнение и позицию	
73	Броски мяча в кольцо способом «снизу»	Каковы правила броска мяча в кольцо способом «снизу» ?	Бросок, ловля, баскетбол	Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	<p><i>Регулятивные:</i> планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения;</p> <p><i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию</p>	Смыслообразование — мотивация учебной деятельности	
74	Стойка на лопатках	Как выполнить стойку на лопатках?	Мостик, стойка на лопатках	Научатся: ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места	<p><i>Регулятивные:</i> целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучеб</p>	Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов и находить	

				занятий физическими упражнениями и подвижными играми	ные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль	выходы из спорных ситуаций
75	Броски мяча в кольцо способом «сверху»	Каковы правила броска мяча в кольцо способом «снизу» ?	Бросок, ловля, баскетбол	Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	<i>Регулятивные:</i> планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию	<i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности

76	Подвижная игра с мячом «Охотники и утки»	Каковы правила при проведении подвижных игр?	Различные названия игр. Что такое правила?	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<p><i>Регулятивные:</i> коррекция - адекватно</p> <p>воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><i>Смыслообразование</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)</p>
77	Стойка на лопатках	Как выполнить стойку на лопатках?	Мостик, стойка на лопатках	Научатся: ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	<p><i>Регулятивные:</i> целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные -</p> <p>контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> управление коммуникацией -</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов</p> <p>и находить выходы из спорных ситуаций</p>

						осуществлять взаимный контроль	
78		Тестирование в наклоне вперед из положения стоя	Каковы правила выполнения упражнения «наклоны вперед из положения стоя»?	Наклоны вперед	Научатся: выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	<p><i>Регулятивные:</i> <i>целеполагание</i> - формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> <i>общеучебные</i> - самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия</p>	<p><i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</p>
79		Упражнение на выносливость	Как работать над распределением сил по дистанции?	Секундомер, распределение сил по дистанции	Научатся: выполнять более сложный вариант бега по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Ночная охота»; соблюдать правила поведения и безопасности	<p><i>Регулятивные:</i> <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решений.</p> <p><i>Познавательные:</i> <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлексию способов и</p>	<p><i>Смыслообразование</i> —мотивация учебной деятельности</p>

					во время занятий	условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	
80		Повторение акробатических элементов	Какие существуют акробатические элементы?	Гимнастический мат, положения частей тела.	Научатся: выполнять разминку с мячами на матах, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки	<i>Регулятивные: целеполагание</i> - формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	<i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

81	Повторение техники прыжка в длину с места	Как вести контроль за развитием двигательных качеств?	Прыжок с места	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	<p><i>Регулятивные: целеполагание</i> - формировать и удерживать учебную задачу;</p> <p><i>прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог</p>	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга
82	Тестирование в прыжке в длину с места	Как вести контроль за развитием двигательных качеств?	Прыжок с места	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	<p><i>Регулятивные: целеполагание</i> - формировать и удерживать учебную задачу;</p> <p><i>прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы</p>	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга

						<p>решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные: взаимодействие -</i></p> <p>формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог</p>	
83	Повторение акробатических элементов	Какие существуют акробатические элементы?	Гимнастический мат, положения частей тела.	Научатся: выполнять разминку с мячами на матах, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки	<p><i>Регулятивные: целеполагание -</i> формулировать учебную задачу; <i>планирование -</i> адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные -</i> самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические -</i> подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков.</p> <p><i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество -</i> обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия</p>	<p><i>Самоопределение -</i></p> <p>самостоятельность</p> <p>и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</p>	
84	Тестирование в	Какие правила в	Подтягивани	Научатся: выполнять	<i>Регулятивные: целеполагани</i>	<i>Самоопределение</i>	

		<p>подтягивании на низкой перекладине из виса лежа</p>	<p>подтягивании на низкой перекладине из виса лежа ?</p>	<p>е, перекладина</p>	<p>упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми</p>	<p>е — преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> — осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><i>Коммуникативные: взаимодействие</i> — задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p>—</p> <p>осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения</p>
85		<p>Метание малого мяча в горизонтальную цель</p>	<p>Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании?</p>	<p>Теннисный мяч, цель. техника метания</p>	<p>Научатся: выполнять бег с перепрыгиванием через препятствия, разминку, направленную на развитие координации движений, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки»</p>	<p><i>Регулятивные: коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью;</p> <p><i>взаимодействие</i> - строить монологическое высказывание, вести устный диалог</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость</p>

86	Упражнения на уравнивание предметов	Как выполнять упражнения на уравнивание предметов?	Упражнения	<p>Научатся: выполнять , упражнения на уравнивание предметов, на развитие координации движений, на равновесие</p>	<p><i>Регулятивные:</i> целенаправленно преобразовывать практическую задачу в познавательную.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - использовать общие приемы решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия</p>	<p><i>Самоопределение</i> - принятие образа хорошего ученика</p>
87	Тестирование в подъеме туловища из положения лёжа на спине за 30 секунд	Каковы правила выполнения упражнения «наклоны вперед из положения лежа»?	Положение лежа	<p>Научатся: выполнять ходьбу и бег с изменением ритма и темпа, разминку с упражнениями на ориентировку в пространстве, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки»</p>	<p><i>Регулятивные:</i> целенаправленно формулировать учебную задачу; планирование - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> инициация</p>	<p><i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</p>

						тивное сотрудничество - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	
88	Баскетбольные упражнения	Какие виды баскетбольных упражнений существуют ?	Бросок, ловля, баскетбол	Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	<i>Регулятивные:</i> планировани е - применять установленные правила в планировании способа решения. <i>Познавательные:</i> общеучеб ные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> планиро вание учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения; взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию	<i>Смыслообразование</i> —мотивация учебной деятельности	
89	Упражнения на уравновешивани е предметов	Как выполнять упражнения на уравновешивание предметов?	Упражнения	Научатся: выполнять , упражнения на уравновешивание предметов, на развитие координации движений, на	<i>Регулятивные:</i> целеполагани е - преобразовывать практическую задачу в познавательную. <i>Познавательные:</i> общеучеб	<i>Самоопределение</i> - принятие образа хорошего	

					равновесие	<p><i>ные</i> - использовать общие приемы решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества</i> — определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия</p>	ученика
90	Контрольный урок по ведению, броску и ловле мяча	Каковы правила по ведению, броску и ловле мяча?	Бросок, ловля, баскетбол	<p>Научатся: выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»</p>	<p><i>Регулятивные: планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><i>Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества</i> — определять общую цель и пути ее достижения;</p> <p><i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию</p>	Смыслообразование — мотивация учебной деятельности	

91	Тестирование в беге на скорость на 30 м	Как усвоены командные действия при выполнении ранее изученных упражнений?	Скорость, бег	<p>Научатся: выполнять строевые упражнения – «змейка», «спираль», беговую разминку, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий</p>	<p><u>Регулятивные:</u> планирование - применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><u>Познавательные:</u> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><u>Коммуникативные:</u> планирование учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения;</p> <p>взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию</p>	Смыслообразование — мотивация учебной деятельности
92	Круговая тренировка	Что такое скорость? бег по кругу?	Ускорение. Отрезок. Темп бега. Техника бега. Круг	<p>Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант)</p>	<p><u>Регулятивные:</u> осуществление учебных действий - выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения.</p> <p><u>Познавательные:</u> общеучеб</p>	Самоопределение — готовность и способность к саморазвитию

						<p>ные - ставить и формулировать проблемы.</p> <p><i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия</p>	
93	Тестирование в челночном беге 3 × 10 м	Как контролировать развитие двигательных качеств?	Кубики. Челночный бег. Наклоны сидя	Научатся: выполнять строевые упражнения – «змейка», «спираль», беговую разминку; упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	<p><i>Регулятивные: осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения.</p> <p><i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы.</p> <p><i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия</p>	<p><i>Самоопределение</i> —</p> <p>готовность и способность к саморазвитию</p>	
94	Метание мешочка на дальность	Каковы правила метания мешочка? Как правильно	Мешочек. Цель. Техника метания	Научатся: выполнять упражнения на внимание, разминку с игрой «Запрещенное движение»; играть в подвижную игру	<p><i>Регулятивные: коррекция</i> - вносить</p> <p>коррективы в выполнение правильных действий</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> —</p> <p>этические чувства, прежде</p>	

			поставить руку при метании?		«Колдунчики»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
95	Круговая тренировка	Что такое скорость? бег по кругу?	Ускорение. Отрезок. Темп бега. Техника бега. Круг	Научатся: выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант)	<i>Регулятивные: осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять	<i>Самоопределение</i> — готовность и способность к саморазвитию	

						активность; использовать речь для регуляции своего действия	
96	Основы правил игры в футбол	Каковы основные правила игры в футбол?	Футбол, мяч, аут	Научатся: выполнять шестиминутный бег на выносливость, удары по воротам; применять на практике правила, элементы, простейшие технические действия игры в футбол; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий		<p><i>Регулятивные:</i> планирование - применять установленные правила в планировании способа решений.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач</p>	<p><i>Смыслообразование</i> - мотивация учебной деятельности</p>

97	Знакомство с эстафетами	Что такое эстафета?	Эстафета	<p>Научатся: выполнять игровую разминку «Запрещённое движение», участвовать в эстафетах; применять на практике правила, элементы, простейшие технические действия игры в футбол; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий</p>	<p><u>Регулятивные:</u> планирование - применять установленные правила в планировании способа решений.</p> <p><u>Познавательные:</u> общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><u>Коммуникативные:</u> инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач</p>	<p><i>Смыслообразование</i> - мотивация учебной деятельности</p>
98	Круговая тренировка	Что такое круговая тренировка?	Тренировка, вираж, передача эстафеты	<p>Научатся: выполнять разминку в движении; проходить станции круговой тренировки; рационально использовать свободное время; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями</p>	<p><u>Регулятивные:</u> планирование - составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решений.</p> <p><u>Познавательные:</u> общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><u>Коммуникативные:</u> планирование</p>	<p><i>Самоопределение</i> — осознание ответственности человека</p>

						<p>вание</p> <p>учебного сотрудничества — определять</p> <p>общую цель и пути ее достижения</p>	
99	Подвижные игры	<p>Каковы личностные результаты от приобретенных знаний, умений и навыков?</p>	<p>Пройденные названия качеств и подвижных игр</p>	<p>Научатся: выполнять беговую разминку; играть в подвижные игры (по выбору); подводить итоги года (значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности); осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр</p>	<p><i>Регулятивные:</i> целеполагание - преобразовывать практическую задачу в познавательную.</p> <p><i>Познавательные:</i> общеучебные - использовать общие приемы решения задач.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> планирование</p> <p>учебного сотрудничества — определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия</p>	<p><i>Самоопределение</i></p> <p>-</p> <p>принятие образа хорошего ученика</p>	

Физическая культура

2 класс (102 ч)

№п/п	Сроки	Тема урока	Решаемые проблемы	Планируемый результат (в соответствии с ФГОС)			
				понятия	предметный результат	УУД	Личностный результат
1		Правила безопасности на уроках физической культуры.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями.	О физической культуре, гигиенических требованиях, первоначальные представления о строевых командах.	Познакомятся с общими представлениями об основных понятиях и правилах.	Регулятивные: организация рабочего места. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия. Коммуникативные: умение слушать,	Формировать положительное отношение к урокам физкультуры.

						задавать вопросы	
2		Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостик».	Цель: формировать знания и представления о разновидностях спортивного инвентаря и оборудования; техника высокого старта, тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении, технику высокого старта, сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта..	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни.
3		Перекаты вправо-влево. Кувырок вперед. Игра «Передача мяча в тоннеле».	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	О перекатах вправо-влево, группировка, кувырок вперед.	Научатся держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочком	Регулятивные: удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: Взаимодействовать друг другу соблюдая	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и доброжелательно относится к партнёрам по игре.

						правила безопасности,	
4		Техника челночного бега с высокого старта. Подвижная игра «Хвостик»	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач Коммуникативные: Поддерживать друг друга.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.
5		Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений). Игра «Марш с закрытыми глазами».	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных физических качеств (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений).	Научатся ориентироваться в понятиях: физические качества, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений. Соблюдать правила поведения на уроке.	Регулятивные: научатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению за общее благополучие и умению не создавать конфликтов.
6		Кувырок вперед. Игра на	Цель: совершенствовать	Об основных положениях и	Научатся выполнять разминку с мешочками	Регулятивные: организация рабочего	Адекватная

		внимание.	технику выполнения кувырков вперед.	движениях ног.	в движении, перекаты вправо-влево, группировку, кувырок вперед.	места с применением установленных правил. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	мотивация.
7		Измерение уровня развития основных физических качеств. Игра «Марш с закрытыми глазами».	Цель: научить использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной деятельности.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся понимать необходимость развития основных физических качеств и как измерять их уровень развития.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке.
8		Метание мешочка на	Цель: формировать знания и	Об основных положениях и	Научатся выполнять бег с изменением	Регулятивные: организация рабочего	Учатся ответственному

		дальность. Игра «Бросай далеко, собирай быстрее».	представления о правилах правильного дыхания при выполнении физических упражнений.	движениях рук, ног, туловища, головы.	темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	отношению к общему благополучию и умению не создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.
9		Усложненные кувырки вперед.	Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при кувырках вперед.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, группировку, усложненный вариант выполнения кувырков вперед, упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке.
10		Подвижная игра «Мышеловка»	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игры «Мышеловка»	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, технику «оленьего» бега.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные:	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.

						умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	
11		Беговые упражнения из различных исходных положений. Игра «Мышеловка».	Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при беге.	Об беге из различных положениях.	Научатся выполнять строевые упражнения, разминку, направленную на развитие координации движений.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.
12		Игровые упражнения с кувырками.	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игровых упражнений с кувырками.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, упражнения на внимание.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>Коммуникативные:</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций.

						научатся определять общую цель и пути её достижения.	
13		Подвижная игра «Бегуны и прыгуны».	Совершенствование упражнений на внимание и двигательную память.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
14		Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Лови-стучи».	Цель: активизировать деятельность учащихся при тестировании прыжков в длину.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	<i>Научатся выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, прыжка в длину с места.</i>	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	Адекватная мотивация.
15		Кувырок назад. Подвижная игра	Цель: активизировать	Об основных положениях и	Научатся выполнять разминку с	Регулятивные: организация рабочего	Адекватная

		«Бездомный заяц»	деятельность учащихся в процессе выполнения кувырков назад.	движениях рук, ног, туловища, головы.	массажными мячами, кувырки вперед назад, упражнения на внимание.	места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	мотивация.
16		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Лови-стучи».	Цель: совершенствование двигательного опыта в массовых формах соревновательной деятельности.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с малым мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование подъема туловища из положения лежа на 30 с.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимопомощи и взаимоподдержки	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
17		Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Бездомный заяц»	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения наклонов вперед из положения стоя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на внимание, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

						научатся определять общую цель и пути её достижения.	нагрузке.
18		Кувырок назад. Подвижная игра «Бездомный заяц»	Цель: формировать знания и представления детей о преимуществах здорового образа жизни, о правильной осанке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырки вперед и назад, упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке
19		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Игра «Бездомный заяц»	Цель: продолжать формировать понятия о здоровом образе жизни.; формировать знания и представления о безопасном поведении при подтягивании на низкой перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку со средними обручами (кольцами); сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Адекватная мотивация.
20		Тестирование броска мяча в	Цель: продолжать формировать	Об основных положениях и	Научатся выполнять упражнения на	Регулятивные: организация рабочего	Учатся нести ответственность

		горизонтальную цель. Игра «Вышибалы».	понятия о здоровом образе жизни.; формировать знания и представления о безопасном поведении при броске мяча.	движениях рук, ног, туловища.	движение и внимание.	места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
21		Стойка на лопатках. «Мост».	Цели: формировать знания и представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями в спортивном зале; научить расчёту на три, делать стойку.	Разминка, стойка, лопатка, мост, кувырок	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, стойку на лопатках, «мост», кувырок назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
22		Тестирование вися и проверка волевых качеств. Игра «Вышибалы вслепую».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку со скакалками, упражнения на внимание и координацию движений.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

			волевых качеств.			Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	нагрузке.
23		Строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «подиагонали». Игра «Вышибалы вслепую».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведении при выполнении строевых упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
24		Стойка на лопатках. «Мост».	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

						друга.	
25		Подвижная игра «Осада города».	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
26		Подвижные игры.	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.</p>	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
27		Кувырок вперед в группировке. Подвижная игра	Цель: научить уверенному поведению и самостраховке при	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Выполнение учебных задач по развитию гибкости.	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся ответственному отношению к общему

		«Кружева»	выполнении упражнений.	головы.		установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
28		Лазание по гимнастической стенке.	Цель: формировать знания и представления об оказании первой помощи при ушибах, которые могут возникнуть при лазаниях и перелезаниях.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
29		Кувырок вперед в группировке с трех шагов. Подвижная игра «Кружева».	Цель: продолжать формировать представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	.научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок вперед в группировке с трех шагов.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

						владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	нагрузке.
30		Лазание по гимнастической стенке.	Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
31		Подвижная игра «Кружева» с мешочком на голове».	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

32.		Упражнения на развитие гибкости: «мост», стойка на лопатках.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на развитие гибкости.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять «мост», «Стойку на лопатках, серию кувырков вперед, упражнения на равновесие.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
33		Упражнения на кольцах. Игра «Салки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на кольцах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с кольцами, висы углом и согнувшись на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

34		Полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. Игра «Салки с мешочком на голове».	Цель: формировать знания и представления о полупереворотах назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на скамейках, серию кувырков вперед, полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
35.		Кувырок назад в группировке. Игра «Салки с мешочком на голове».	Цель: продолжать формировать представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять полупереворот на коленях из стойки на лопатках, кувырок назад в группировке, упражнения на равновесии.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
36.		Упражнения на	Цель: формировать	Об основных	Научатся выполнять	Регулятивные:	Учатся

		кольцах.	знания и представления о правилах безопасности поведения при выполнении упражнений на кольцах.	и положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	висы углом и согнувшись на гимнастических кольцах	и организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
37.		Вис на согнутых руках на низкой перекладине. Игра «Удочка»	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырок назад в группировке, вис на согнутых руках на низкой перекладине.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

38.		Разновидности висов. Игра «Удочка».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок назад, висы на низкой перекладине.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
39.		Вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах. Игра «Жмурки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы углов, согнувшись, прогнувшись на гимнастических кольцах, упражнение на внимание.	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг</p>	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

						друга.	
40.		Лазание по гимнастической стенке. Игра «Жмурки»	Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку у гимнастической стенки, висы на низкой перекладине, лазание по гимнастической стенке.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
41.		Подвижная игра «Медведи и пчелы».	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в подвижную игру «Медведи и пчелы».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
42.		Висы согнувшись и прогнувшись на гимнастических кольцах. Игра	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы углом, согнувшись и прогнувшись на гимнастических	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить

		«Пчелы».	выполнении упражнений на перекладине.		кольцах.	использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	выходы из спорных ситуаций
43.		Игровые упражнения. Игра «Медведи и пчелы».	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять игровые упражнения на гимнастических скамейках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
44.		Подвижная игра «Ловля обезьян».	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в подвижную игру «Ловля обезьян».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных

						приемы решения задач. ситуаций Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	
45.		Перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. Игра «Ловля обезьян».	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
46.		Прыжки с поворотом на 180* и 360*. Игра «Ловля обезьян».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведении при выполнении прыжков с поворотом на 180* и 360*.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки с поворотом на 180* и 360*, упражнения на равновесие и внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

						окужающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	
47.		Подвижные игры.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
48.		Перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах. Игра «Совушка»	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
49.		Передвижения на лыжах	Цель: формировать знания о правилах	Об основных положениях и	Научатся выполнять организующие команды	Регулятивные: организация рабочего	Учатся ответственному

		ступающим шагом.	оказания первой помощи при занятиях физическими упражнениями в зимний период времени.	движениях рук, ног, туловища, головы.	«Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», технику ступающего шага.	места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
50.		Передвижение на лыжах скользящим шагом.	Цель: формировать знания и представления младших школьников о соблюдении «температурного режима» при занятиях на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, скользящий шаг на лыжах без палок, ступающий шаг на лыжах без палок.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
51.		Упражнения на кольцах.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения на кольцах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения с обручами, упражнения на кольцах, висы углом, согнувшись, прогнувшись.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

						Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	нагрузке.
52.		Передвижение на лыжах с палками скользящим шагом.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять скользящий шаг на лыжах с палками и без.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
53.		Передвижение на лыжах с палками и попеременным двухшажным ходом.	Цель: совершенствовать умения передвигаться на лыжах с палками попеременным двухшажным ходом.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять скользящий шаг на лыжах с палками, повороты «веером» на лыжах, передвижение попеременным двухшажным ходом.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

54.	Вращение обруча.	Цель: формировать умения вращать обруч, игровые упражнения на реакцию и внимание	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с обручами, вращение обруча, игровые упражнения на реакцию и внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
55.	Передвижение на лыжах с палками одновременным одношажным ходом.	Цель: формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
56.	Подъем на склон «лесенкой» на лыжах. Игра «Кто дальше?».	Цель: совершенствовать умения передвигаться «лесенкой» на	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой» на лыжах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется

			склон.			использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	позитивное отношение к физической нагрузке.
57.		Лазание по канату.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при лазании по канату.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по канату.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
58.		Подъем на склон «елочкой» на лыжах. Игра «Кто дальше?».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге», «На лыжи становись!», подъем на склон «елочкой».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

						Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	нагрузке.
59.		Торможение «плугом» на лыжах. Подвижная игра «Кто дальше бросит?»	Цель: формировать умения торможения «плугом» на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой», и «елочкой».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
60.		Лазание по канату. Игра «Вышибалы».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при лазании по канату.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по канату, выполнять упражнения на внимание и равновесие..	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми,	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

						приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга	
61.		Подвижная игра на лыжах «Прокатись через ворота».	Цель: формировать умения играть в подвижные игры.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
62.		Подвижная игра на лыжах «Подними предмет!»	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действия в ситуациях общения.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

63.		Упражнения со скакалками. Игра «Ловля обезьян».	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения со скакалкой, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
64.		Движение на лыжах с палками «змейкой». Подвижная игра «Подними предмет».	Цель: формировать умения двигаться на лыжах с палками «змейкой»	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками, движение на лыжах с палками «змейкой», подъем на склон, спуск со склона.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
65.		Прохождение дистанции 1000метров на	Цель: формировать знания и представления о	Об основных положениях и движениях рук,	Научатся проходить дистанцию 1000 метров на лыжах на время.	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся ответственному отношению к

		лыжа на время.	правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	ног, туловища, головы.		установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
66.		Прыжки в скакалку	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
67.		Броски набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя. Подвижная игра «Горячая	Цель: формировать знания и представления о бросках мяча способом снизу из положения стоя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, технику броска набивного мяча способом снизу из положения стоя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

		линия».				Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	нагрузке.
68.		Броски набивного мяча весом 1 кг из положения сидя. Подвижная игра «Гонка мячей в колонах».	Цель: формировать знания и представления о бросках мяча из положения сидя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, броски набивного мяча из положения сидя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
69.		Прыжки в скакалку. Игра «Собачка»	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

70.		Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Собачка»	Цель: формирование представлений о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжок в высоту с прямого разбега.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
71.		Первые спортивные соревнования. Игра «Искатели сокровищ».	Цель: формировать знания и представления о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку в сочетании с игрой «Зеркало», прыжок в высоту с прямого разбега, понимать, как появились первые спортивные соревнования.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
72.		Прыжки в скакалку.	Цель: формировать знания и представления о правилах	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять разминку со скакалками, прыжки в скакалку с вращением	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни,

			безопасности на занятиях физическими упражнениями.	головой.	вперед и назад.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
73.		Прыжок в высоту спиной вперед. Игра «Забросай мячами».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки в высоту спиной вперед с прямого разбега, упражнения на координацию и расслабление.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
74.		История появления мяча. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, разминку с мячом, прыжок в высоту спиной вперед, нижнюю подачу.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные:	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных

						владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	ситуаций
75.		Стойка на голове. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять стойку на голове, перекаты.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
76.		История зарождения древних Олимпийских игр. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о зарождении древних Олимпийских играх.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся понимать историю зарождения древних Олимпийских игр.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми приемами действий в	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

						ситуациях общения.	
77.		Подвижная игра с мячом.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
78.		Стойка на голове. Подвижная игра «Охотники и утки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведении при выполнении упражнений в равновесии.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на матах, стойку на голове, перекаты, игровое упражнение на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
79.		Владение мячом на месте и в движении. Подвижная игра	Цель: формировать знания и представления о владении мячом на	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять организационные команды, разминку с мячом, стойку	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни,

		«Дальний бросок».	месте и в движении.	головы.	баскетболиста, передвижение в стойке баскетболиста, ведение мяча на месте и в движении.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научиться осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
80.		Упражнения с мячом, направленные на развитие координации движений и ловкости. Игра «Из обруча в обруч».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организационные команды, разминку, направленную на развитие координации движений, остановку в шаге, остановку прыжком, ведение мяча, передачи мяча, броски мяча в кольцо.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
81.		Повторение акробатических элементов.	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на матах с мячами, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост», стойку на голове.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

						Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	нагрузке.
82.		Выполнение упражнений с мячами в парах. Игра «Сбей кегли противника»	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять передачи мячам в парах, броски мяча в баскетбольное кольцо, ведение мяча.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
83.		Тестирование подъема туловища за 30 с. Игра «Сбей кегли противника».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъемы туловища за 30 с.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

						ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	
84.		Повторение акробатических элементов. Игра «Сбей кегли противника»	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на матах с мячами, кувырок вперед, стойку на голове, стойку на лопатках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
85.		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подтягивание на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

						ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	
86.		Тестирование наклона вперед из положения стоя. Игра «Вышибалы».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять наклоны вперед из положения стоя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
87.		Упражнения на уравнивание предметов. Игра «Сбей кегли противника».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на уравнивание предметов, игровые упражнения с массажными мячами.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

88.		Тестирование виса на время. Игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы на время, броски мяча в горизонтальную цель Упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
89.		Тестирование бросков мяча в горизонтальную цель. Игра «Ловишка».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять тестирование бросков мяча в горизонтальную цель.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
90.		Упражнения на уравнивание предметов. Игра «Хвостик».	Цель: формировать знания и представления о физических	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять упражнения на уравнивания предметов, игровые	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни,

			качествах человека.	головы.	упражнения с массажными мячами.	Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
91.		Тестирование прыжка в длину с места. Игра в футбол.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки в длину с места, упражнения на внимание, соблюдать усвоенные правила и играть в спортивную игру футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
92.		Спортивная игра футбол.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять ведение мяча, футбольные упражнения с мячом, упражнения на внимание, играть в спортивную игру	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

			физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале		футбол.	приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	нагрузке.
93.		Круговая тренировка. Игра «Хвостик».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
94.		Высокий старт и правильный поворот в челночном беге. Игра «Метко в	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять технику высокого старта, технику поворотов в челночном беге, челночный бег.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное

		цель».				использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	отношение к физической нагрузке.
95.		Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Игра «Класс, смирно!».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять бег на 30 м с высокого старта, играть в спортивную игру футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
96.		Круговая тренировка. Игра «Бросок ногой»	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное

						использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, следить за безопасностью друга.	отношение к физической нагрузке.
97.		Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Игра «Флаг на башне».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
98.		Тестирование метания мешочка на дальность. Игра «Перекинь через убегающего».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

			физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале			приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	нагрузке.
99.		Круговая тренировка. Игра «Совушка».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
100.		Тестирование бега на 1000 м. Игра «Марш закрытыми глазами».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование бега на 1000 м.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

			упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале			Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	нагрузке.
101.		Подвижные и спортивные игры.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
102.		Подведение итогов года Игра «Совушка»	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся подводить итоги года, играть в подвижные игры.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

						взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друга.
--	--	--	--	--	--	---

Физическая культура

3 класс (102 ч)

№ п/п	Дата	Тема урока	Решаемые проблемы	Понятия	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		
					Предметные результаты	УУД	Личностные результаты
1	2	3	4	5	6	7	8
1		Правила безопасности на уроках физической культуры.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при	О физической культуре, гигиенических требования	Познакомятся с общими представлениями об основных понятиях и	<i>Регулятивные:</i> целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i>

		занятиях физическими упражнениями.	х, первоначальные представления о строевых командах.	правилах.	поставленной задачей и условиями ее реализации. <u>Познавательные: общеучебные</u> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <u>Коммуникативные</u> : <u>инициативное сотрудничество</u> - ставить вопросы, обращаться за помощью	—умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижные игры.	Цель: формировать знания и представления о разновидностях спортивного инвентаря и оборудования; техника высокого старта, тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении, технику высокого старта, сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	Учатся принимать образ «хорошего ученика» и учиться нести личную ответственность за здоровый образ жизни.
3	Перекаты вправо-влево. Кувырок	Цель: формировать знания и	О перекатах	Научатся держать	Регулятивные: удерживать учебную задачу, составлять	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни и

	вперед. Игра «Охотники и утки».	представления о двигательном режиме младшего школьника.	вправо-влево, группировка, кувырок вперед.	группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочком	план действий совместно с учителем. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: взаимодействовать друг с другом соблюдая правила безопасности,	доброжелательно относится к партнёрам по игре.
4	Техника челночного бега с высокого старта.	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, беговую разминку, технику челночного бега с высокого старта.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: Поддерживать друг друга.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.
5	Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений).	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.	Об основных физических качеств (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость, координация)	Научатся ориентироваться в понятиях: физические качества, сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и координация движений. Соблюдать	Регулятивные: научатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению за общее благополучие и умению не создавать конфликтов.

			движений).	правила поведения на уроке.		
6	Кувырок вперед. Игра на внимание.	Цель: совершенствовать технику выполнения кувырков вперед.	Об основных положениях и движениях ног.	Научатся выполнять разминку с мешочками в движении, перебаты вправо-влево, группировку, кувырок вперед.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	<i>Смыслообразование</i> -адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> —умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
7	Измерение уровня развития основных физических качеств.	Цель: научить использовать двигательный опыт в массовых формах соревновательной деятельности.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся понимать необходимость развития основных физических качеств и как измерять их уровень развития.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке.
8	Метание мешочка на дальность.	Цель: формировать знания и	Об основных	Научатся выполнять бег	Регулятивные: организация рабочего места с	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению не

		Игра «Кто дальше».	представления о правилах правильного дыхания при выполнении физических упражнений.	положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	создавать конфликтов. Находить выходы из спорных ситуаций.
9		Усложненные кувырки вперед.	Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при кувырках вперед.	Об основных положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, группировку, усложненный вариант выполнения кувырков вперед, упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к зарядке.
10		Подвижная игра «Третий лишний»	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игры «Третий лишний»	Об основных положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, технику «оленьего» бега.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми,	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.

						приемами действий в ситуациях общения.	
1 1		Беговые упражнения из различных исходных положений. Игра «Пустое место».	Цель: формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при беге.	Об беге из различных положений х.	Научатся выполнять строевые упражнения, разминку, направленную на развитие координации движений.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Адекватная мотивация. Первичные умения оценки результатов.
1 2		Игровые упражнения с кувырками.	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения игровых упражнений с кувырками.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые команды, разминку с мешочками в движении, кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций.
1 3		Подвижная игра «Выше ноги от земли».	Совершенствование упражнений на внимание и двигательную	Об основных положениях и движениях	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

			память.	рук, ног, туловища, головы.	координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память.	использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	
1 4	Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Ловишки».	Цель: активизировать деятельность учащихся при тестировании прыжков в длину.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с маленькими мячами, упражнения на внимание, прыжка в длину с места.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	Адекватная мотивация.	
1 5	Кувырок назад. Подвижная игра «Гуси и волк»	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения кувырков назад.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с массажными мячами, кувырки вперед назад, упражнения на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	Адекватная мотивация.	

1 6	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Ловишки».	Цель: совершенствование двигательного опыта в массовых формах соревновательной деятельности.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с малым мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование подъема туловища из положения лежа на 30 с.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимопомощи и взаимоподдержки	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
1 7	Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Гуси и волк».	Цель: активизировать деятельность учащихся в процессе выполнения наклонов вперед из положения стоя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на внимание, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
1 8	Кувырок назад. Подвижная игра «Пустое место».	Цель: формировать знания и представления детей о преимуществах здорового образа жизни, о правильной осанке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырки вперед и назад, упражнения на внимание, проходить станции круговой	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке

				тренировки.	достижения.	
1 9	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Игра «Третий лишний»	Цель: продолжать формировать понятия о здоровом образе жизни.; формировать знания и представления о безопасном поведении при подтягивании на низкой перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку со средними обручами (кольцами); сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Адекватная мотивация.
2 0	Тестирование броска мяча в горизонтальную цель. Игра «Вышибалы».	Цель: продолжать формировать понятия о здоровом образе жизни.; формировать знания и представления о безопасном поведении при броске мяча.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища.	Научатся выполнять упражнения на движение и внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
2 1	Стойка на лопатках. «Мост».	Цели: формировать знания и представления о требованиях безопасности и гигиены занятий	Разминка, стойка, лопатка, мост, кувырок	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости,	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

			физическими упражнениями в спортивном зале; научить расчёту на три, делать стойку.		стойку на лопатках, «мост», кувырок назад.	приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	
2 2		Тестирование вися и проверка волевых качеств. Игра «Вышибалы».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений волевых качеств.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку со скакалками, упражнения на внимание и координацию движений.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
2 3		Строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении строевых упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять строевые упражнения: перестроение в две шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
2 4		Стойка на лопатках. «Мост».	Цель: формировать знания, представления о	Об основных положения	Выполнение учебной	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных

			влиянии физических упражнений на осанку.	х и движениях рук, ног, туловища, головы.	задачи.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг друга.	ситуаций
2 5	Подвижная игра «Футбол»	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи. Узнают правила игры в футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
2 6	Подвижные игры.	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задач. Совершенствование игры в футбол. Ведение мяча.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
2	Кувырок вперед в	Цель: научить	Об	Выполнение	Регулятивные: организация	Учатся ответствен-ному отношению	

7	группировке. Подвижная игра «Круговая лапта»	уверенному поведению и самостраховке при выполнении упражнений.	основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	учебных задач по развитию гибкости.	рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
2 8	Лазание по гимнастической стенке	Цель: формировать знания и представления об оказании первой помощи при ушибах, которые могут возникнуть при лазаниях и перелезаниях.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
2 9	Кувырок вперед в группировке с трех шагов. Подвижная игра «Ловишки».	Цель: продолжать формировать представления о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	.научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок вперед в группировке с трех шагов.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

						ситуациях общения	
3 0	Лазание по гимнастической стенке.	Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.		Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
3 1	Подвижная игра «Ловишки» с мешочком на голове».	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.		Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
3 2	Упражнения на развитие гибкости: «мост», стойка на лопатках.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять «мост», «Стойку на лопатках, серию кувырков вперед, упражнения на	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия		Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

			развитие гибкости.		равновесие.	с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	
3 3	Упражнения на кольцах. Игра «Салки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на кольцах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с кольцами, висы углом и согнувшись на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
3 4	Полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. Игра «Салки с мешочком на голове».	Цель: формировать знания и представления о полупереворотах назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на скамейках, серию кувырков вперед, полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
3 5	Кувырок назад в группировке. Игра «Салки с	Цель: продолжать формировать представления о	Об основных положения	Научатся выполнять полупереворот	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных	

		мешочком на голове».	требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями.	х и движениях рук, ног, туловища, головы.	на коленях из стойки на лдопатках, кувырок назад в группировке, упражнения на равновесии.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	ситуаций
3 6		Упражнения на кольцах.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на кольцах.	Об основных положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы углом и согнувшись на гимнастически х кольцах	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
3 7		Вис на согнутых руках на низкой перекладине. Игра «Выше ноги».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на	Об основных положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырок назад в группировке, вис на согнутых руках на низкой	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия	Учатся ответствен-ному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

			перекладине.		перекладине.	с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	
3 8	Разновидности висов. Игра «Попади в цель».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять кувырок вперед в группировке, кувырок назад, висы на низкой перекладине.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
3 9	Вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах. Подвижные игры.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы углов, согнувшись, прогнувшись на гимнастических кольцах, упражнение на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

4 0	Лазание по гимнастической стенке. Игры на внимание.	Цель: продолжать совершенствовать технику выполнения лазания по гимнастической стенке.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научаться выполнять разминку у гимнастической стенки, висы на низкой перекладине, лазание по гимнастической стенке.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
4 1	Подвижная игра «Медведь во бору».	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в подвижную игру «Медведь во бору».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
4 2	Висы согнувшись и прогнувшись на гимнастических кольцах.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении упражнений на перекладине.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять висы углом, согнувшись и прогнувшись на гимнастических кольцах.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

					друг друга.	
4 3	Игровые упражнения. Подвижные игры.	Цель: формировать знания, представления о влиянии физических упражнений на осанку.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять игровые упражнения на гимнастических скамейках.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
4 4	Подвижная игра «Ловишки». Эстафеты.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в подвижную игру «Ловишки».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
4 5	Перевороты вперед и назад на гимнастических кольцах.	Цель: формировать знания и представления о двигательном режиме младшего	Об основных положениях и движениях рук, ног,	Научатся выполнять перевороты вперед и назад на гимнастичес-	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

			школьника.	туловища, головы.	ких кольца.	приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	
4 6		Прыжки с поворотом на 180 градусов и 360.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении прыжков с поворотом на 180 градусов и 360.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки с поворотом на 180 градусов и 360, упражнения на равновесие и внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
4 7		Игра в волейбол. Подвижные игры.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся. История возникновения игры в волейбол. Правила игры в волейбол. Прямая нижняя передача. Прием и передача мяча снизу двумя руками.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру волейбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
4 8		Игра «Волейбол».	Цель: формировать знания и представления о	Об основных положения	Научатся выполнять перевороты	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

			двигательном режиме младшего школьника.	х и движениях рук, ног, туловища, головы.	вперед и назад на гимнастических кольцах.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	нагрузке.
4 9		Прыжки в высоту. Подвижные игры.	Цель: совершенствовать ранее разученные легкоатлетические упражнения в условиях соревновательной деятельности на максимальный результат.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
5 0		Прыжки со скакалкой. Игра «Змейка».	Цель: выполнение подвижных игр для освоения прыжков через скакалку с разной скоростью её вращения.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, прыжки на скакалке.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

5 1	Передвижение на лыжах с палками одновременным одношажным ходом.	Цель: формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
5 2	Передвижение на лыжах с палками одновременным одношажным ходом.	Цель: формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
5 3	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Цель: формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр и	Об основных положениях и движениях	Научатся выполнять ступающий и скользящий шаг,	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные:	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

			развлечений в зимний период времени.	рук, ног, туловища, головы.	одновременный одношажный ход.	использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	
5 4	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Цель: формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять ступающий и скользящий шаг, одновременный одношажный ход.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
5 5 .	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	Цель: совершенствовать умения передвигаться двухшажным ходом на склоне.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль,	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

						адекватно оценивать свои действия.
5 6	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	Цель: совершенствовать умения передвигаться двухшажным ходом на склоне.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
5 7	Попеременный одношажный ход на лыжах	Цель: совершенствовать умения передвигаться попеременным одношажным ходом на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять попеременный одношажный ход на лыжах	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
5 8	Подъем на склон «елочкой» на лыжах. Игра «Кто	Цель: формировать знания и представления	Об основных положениях	Научатся выполнять организующие	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической

.		дальше?».	правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	х и движениях рук, ног, туловища, головы.	команды «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге», «На лыжи становись!», подъем на склон «елочкой».	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	нагрузке.
5 9		Торможение «плугом» на лыжах. Подвижная игра «Кто дальше бросит?»	Цель: формировать умения торможения «плугом» на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой», и «елочкой».	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
6 0		Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах	Цель: формировать умения подниматься на склон «лесенкой», тормозить «плугом» на лыжах	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

				головы.	лыжах	Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	
6 1 .	Подвижная игра на лыжах «Прокатись через ворота».	Цель: формировать умения играть в подвижные игры.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
6 2 .	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет!»	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действия в	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					ситуациях общения.	
6 3	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Цель: совершенствовать умения передвигаться и спускаться «змейкой»	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся передвигаться «змейкой»	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
6 4 .	Движение на лыжах с палками «змейкой». Подвижная игра «Подними предмет».	Цель: формировать умения двигаться на лыжах с палками «змейкой»	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками, движение на лыжах с палками «змейкой», подъем на склон, спуск со склона.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
6 5	Прохождение дистанции 1000 метров на лыжах	Цель: формировать знания и представления о правилах	Об основных положениях	Научатся проходить дистанцию	Регулятивные: организация рабочего места с применением	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных

.		на время.	безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	ях и движения х рук, ног, туловища, головы.	1000 метров на лыжах на время.	установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	ситуаций
6 6		Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	Цель: формировать умения играть в подвижные игры.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся быть уверенными в своих спортивных способностях	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
6 7		Прохождение дистанции 2 км на лыжах	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся проходить дистанцию 2 км на лыжах на время.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

			головы.		Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	
6 8	Контрольный урок по лыжной подготовке	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях зимой, на улице, на лыжах.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Повторить про ходимость на дистанцию на лыжах на время.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные :владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
6 9	История появления мяча. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, разминку с мячом, прыжок в высоту спиной вперед, нижнюю подачу.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми,	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

					приемами действий в ситуациях общения.	
7 0	Стойка на голове. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять стойку на голове, перекаты.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
7 1	История зарождения древних Олимпийских игр. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о зарождении древних Олимпийских играх.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся понимать историю зарождения древних Олимпийских игр.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
7	Подвижная игра с	Цель: формировать знания и представления	Об основных	Выполнение учебной	Регулятивные: организация рабочего	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется

2	мячом.	о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	задачи.	места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	позитивное отношение к физической нагрузке.
7 3	Стойка на голове. Подвижная игра «Охотники и утки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведении при выполнении упражнений в равновесии.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на матах, стойку на голове, перекаты, игровое упражнение на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
7 4	Владение мячом на месте и в движении. Подвижная игра «Дальний бросок».	Цель: формировать знания и представления о владении мячом на месте и в движении.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища,	Научатся выполнять организационные команды, разминку с мячом, стойку баскетболиста, передвижение	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

				ГОЛОВЫ.	в стойке баскетболиста, ведение мяча на месте и в движении.	Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	
7 5 .	Упражнения с мячом, направленные на развитие координации движений и ловкости. Игра «Из обруча в обруч».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организационные команды, разминку, направленную на развитие координации движений, остановку в шаге, остановку прыжком, ведение мяча, передачи мяча, броски мяча в кольцо.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
7 6	Движение приставным бегом. Подвижная игра «Подними предмет».	Цель: формировать умения двигаться приставным бегом.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся двигаться приставным бегом.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	

					ситуациях общения..	
7 7	Подвижные игры разных народов.	Цель: формировать знания о национальных играх, отражение в них традиций и культурных ценностей своего народа.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся играть в русские народные игры.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения..	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций
7 8	Прыжки в скакалку	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
7 9	Броски набивного мяча весом 1 кг способом снизу из положения стоя. Подвижная игра	Цель: формировать знания и представления о бросках мяча способом снизу из положения стоя.	Об основных положениях и движениях рук, ног,	Научатся выполнять организующие команды, технику броска набивного мяча	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

		«Горячая линия».		туловища, головы.	способом снизу из положения стоя.	приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	
8 0		Броски набивного мяча весом 1 кг из положения сидя. Подвижная игра «Гонка мячей в колонах».	Цель: формировать знания и представления о бросках мяча из положения сидя.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, броски набивного мяча из положения сидя.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
8 1		Прыжки в скакалку. Игра «Собачка»	Цель: формировать знания и представления о разнообразии акробатических упражнений.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
8		Прыжок в высоту с прямого разбега.	Цель: формирование представлений о	Об основных	Научатся выполнять	Регулятивные: организация рабочего	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется

2	Игра «Собачка»	влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника.	положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	прыжок в высоту с прямого разбега.	места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	позитивное отношение к физической нагрузке.
8 3	Первые спортивные соревнования. Игра «Искатели сокровищ».	Цель: формировать знания и представления о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника.	Об основных положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку в сочетании с игрой «Зеркало», прыжок в высоту с прямого разбега, понимать, как появились первые спортивные соревнования.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
8 4	Прыжки в скакалку.	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положения х и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку со скакалками, прыжки в скакалку с вращением вперед и назад.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

						взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	
8 5	Прыжок в высоту спиной вперед. Игра «Забросай мячами».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки в высоту спиной вперед с прямого разбега, упражнения на координацию и расслабление.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
8 6	История появления мяча. Подвижная игра «Горячая картошка».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять организующие команды, разминку с мячом, прыжок в высоту спиной вперед, нижнюю подачу.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций	
8 7	Стойка на голове. Подвижная игра «Поймай подачу».	Цель: формировать знания и представления о необходимости	Об основных положениях и	Научатся выполнять стойку на голове,	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической	

			соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	движениях рук, ног, туловища, головы.	перекаты.	Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	нагрузке.
8 8		История зарождения древних Олимпийских игр.	Цель: формировать знания и представления о зарождении древних Олимпийских играх.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся понимать историю зарождения древних Олимпийских игр.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
8 9		Подвижная игра с мячом.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Выполнение учебной задачи.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

9 0	Стойка на голове. Подвижная игра «Охотники и утки».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности и поведении при выполнении упражнений в равновесии.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку на матах, стойку на голове, перекаты, игровое упражнение на внимание.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
9 1	Тестирование прыжка в длину с места. Игра в футбол.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять прыжки в длину с места, упражнения на внимание, соблюдать усвоенные правила и играть в спортивную игру футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
9 2	Спортивная игра футбол.	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими	Об основных положениях и движениях рук,	Научатся выполнять ведение мяча, футбольные упражнения с мячом,	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

			упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	ног, туловища, головы.	упражнения на внимание, играть в спортивную игру футбол.	приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, радоваться успехам одноклассников.	
9 3	Круговая тренировка. Игра «Хвостик».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
9 4	Высокий старт и правильный поворот в челночном беге. Игра «Метко в цель».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять технику высокого старта, технику поворотов в челночном беге, челночный бег.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

						окужающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	
9 5	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Игра «Класс, смирно!».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять бег на 30 м с высокого старта, играть в спортивную игру футбол.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	
9 6	Круговая тренировка. Игра «Бросок ногой»	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять упражнения на внимание, проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, следить за безопасностью друг друга.	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.	

9 7	Тестирование челночного бега 30 м. Игра «Пустое место».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
9 8	Тестирование метания мешочка на дальность. Игра «Перекинь через убегающего».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

9 9	Круговая тренировка. Игра «Совушка».	Цель: формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся проходить станции круговой тренировки.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.
1 0 0	Тестирование бега на 1000 м. Игра «Ловишки».	Цель: формировать знания и представления о необходимости соблюдения правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями на спортивной площадке и в спортивном зале	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование бега на 1000 м.	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке.

1 0 1	Тестирование челночного бега 30 м. Игра «Пустое место».	Цель: формировать знания и представления о физических качествах человека	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность	Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций.
1 0 2	Подведение итогов года. Эстафеты.	Цель: активизировать игровую деятельность учащихся.	Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы.	Научатся выполнять беговую разминку, сдавать тестирование метания мешочка на дальность	Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга. Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач	Учатся ответственному отношению к общему благополучию и умению находить выходы из спорных ситуаций

**Физическая культура
4 класс (102 ч).**

№ п/п	Дата		Тема (страницы учебника, тетради)	Ко л. час .	Решаемые проблемы (цели)	Тип урока	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		
							предметные результаты	универсальные учебные действия (УУД)	личностные результаты
1		2	3	4	5	6	7	8	9
Знания о физической культуре									
1			Организационно-методические требования на уроках физической культуры	1	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, разучивание разминки в	Комбинированный	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие

					движении, повторение подвижных игр «Ло- вишка» и «Колдунчики»			физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
Лёгкая атлетика									
2			Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	Разучивание разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта и подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки— дай руку»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки — дай руку»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
3			Челночный бег	1	Разучивание беговой разминки, повторение техники челночного бега и подвижной игры «Флаг на башне»	Комбинированный	Знать технику челночного бега, правила подвижной игры «Флаг на башне»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	Развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

4		Тестирование челночного бега 3 x 10 м	1	Повторение беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м и подвижной игры «Колдунчики»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики»</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
5		Тестирование бега на 60 м с высокого старта	1	Разучивание беговой разминки с мешочками, проведение тестирования бега на 60 м с высокого старта, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
6		Тестирование метания мешочка на дальность	1	Повторение беговой разминки с мешочками, проведение тестирования метания мешочка	Контрольный	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: адекватно</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально

					на дальность, разучивание метания мешочка на дальность с разбега, повторение подвижной игры «Колдунчики»		мешочка с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики»	понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики»	-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности.
--	--	--	--	--	--	--	--	---	---

Подвижные и спортивные игры

7			Техника паса в футболе	1	Разучивание разминки в движении, осваивание техники паса в футболе, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Комбинированный	Знать, какие варианты пасов можно применять в футболе, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
---	--	--	------------------------	---	--	-----------------	--	--	---

Знания о физической культуре

8			Спортивная игра «Футбол»	1	Повторение разминки в движении, знакомство с историей футбола, совершенствование техники выполнения пасов,	Комбинированный	Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,
---	--	--	--------------------------	---	--	-----------------	---	--	---

					повторение спортивной игры «Футбол»			и исправлять ее по указанию взрослого, сохраняя заданную цель. Познавательные: выполнять различные варианты пасов.	сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях.
--	--	--	--	--	-------------------------------------	--	--	--	--

Лёгкая атлетика

9			Техника прыжка в длину с разбега	1	Разучивание разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с разбега и спортивной игры «Футбол»	Комбинированный	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
10			Прыжок в длину с разбега на результат	1	Повторение разминки на месте, совершенствование	Комбинированный	Знать технику прыжка в длину с разбега, правила	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Формирование установки на безопасный

					техники прыжка в длину с разбега, проведение спортивной игры «Футбол»		спортивной игры «Футбол»	кооперации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол» _	образ жизни, развитие навыков сотрудничества с сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
11			Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	1	Разучивание разминки в движении, проведение контрольных прыжков в длину с разбега, разучивание подвижной игры «Командные собачки»	Контрольный	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки»	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	
Подвижные и спортивные игры										
12			Контрольный урок по футболу	1	Повторение разминки в движении, проведение контрольных футбольных упражнений и спортивной игры	Контрольный	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	

					«Футбол»			необходимую информацию. Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол»	ситуациях
Лёгкая атлетика									
13			Тестирование метания малого мяча на точность	1	Разучивание разминки с малыми мячами, проведение тестирования метания малого мяча на точность, повторение подвижной игры «Вышибалы»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками
Гимнастика с элементами акробатики									
14			Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	Повторение разминки с малыми мячами, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Перестрелка»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических

									чувств.
15			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, повторение подвижной игры «Перестрелка»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
Лёгкая атлетика									
16			Тестирование прыжка в длину с места	1	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, про-1Ц ведение тестирования прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
Гимнастика с элементами акробатики									
17			Тестирование	1	Разучивание	Кон-	Знать правила	Коммуникативные: добывать	Развитие

			подтягиваний и отжиманий		разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования подтягиваний и отжиманий, повторение подвижной игры «Антивышибалы»	трольный	проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы»	недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы»	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
18			Тестирование виса на время	1	Повторение разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время и подвижной игры «Вышибалы»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Вышибалы»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры									
19			Броски и ловля мяча в парах	1	Разучивание разминки с мячами, повторение техники бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижной игры	Комбинированный	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: контролировать свою	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла

					«Защита стойки»			деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки»	учения, развития умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
20		Броски мяча в парах на точность	1	Повторение разминки с мячами, разучивание бросков мяча в парах на точность, проведение подвижной игры «Защита стойки»	Комбинированный	Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
21		Броски и ловля мяча в парах	1	Разучивание разминки с мячом в парах, проведение бросков и ловли мяча в парах на точность, разучивание подвижной игры «Капитаны»	Комбинированный	Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и	Развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие	

								действия партнеров. Познавательные: бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны»	этических чувств.
22			Броски и ловля мяча в парах у стены	1	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание бросков и ловля мяча в парах у стены, повторение подвижной игры «Капитаны»	Комбинированный	Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: бросать мяч в стену различными способами, ловить мяч.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося.
23			Подвижная игра «Осада города»	1	Разучивание разминки с массажными мячами, повторение бросков и ловля мяча у стены в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Комбинированный	Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
24			Броски и ловля мяча	1	Повторение разминки с массажными мячами, проведение	Комбинированный	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осуществлять действие по	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои

					бросков и ловли мяча и подвижной игры «Осада города»			образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города»	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
25		Упражнения мячом	с	1	Разучивание разминки с мячом, повторение бросков и ловли мяча и подвижной игры «Штурм»	Комбинированный	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
26 - 27		Ведение мяча		2	Повторение разминки с мячом, различных вариантов ведения мяча и подвижной игры «Штурм»	Урок повторения и закрепления изученного материала	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в

								подвижную игру «Штурм»	разных социальных ситуациях, умений
28			Подвижные игры	1	Проведение беговой разминки и 2—3 игр, выбранных по желанию учеников, подведение итогов четверти	Урок повторения и закрепления изученного материала	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь 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.
Гимнастика с элементами акробатики									
29			Кувырок вперед	1	Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с места и с трех шагов, повторение подвижной игры «Удочка»	Комбинированный	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося.

								подвижную игру «Удочка»	
30			Кувырок вперед с разбега и через препятствие	1	Повторение разминки на матах, совершенствование техники кувырка вперед как с места, так и с разбега и через препятствие, проведение подвижной игры «Удочка»	Комбинированный	Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Знания о физической культуре

31			Зарядка	1	Разучивание зарядки, совершенствование техники выполнения различных вариантов кувырка вперед, проведение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Комбинированный	Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
----	--	--	---------	---	---	-----------------	--	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

32			Кувырок назад	1	Повторение зарядки и техники	Комбинированный	Знать правила выполнения зарядки,	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и	Развитие мотивов
----	--	--	---------------	---	------------------------------	-----------------	-----------------------------------	---	------------------

				выполнения кувырка назад, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	ный	технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
33		Круговая тренировка	1	Повторение зарядки, проведение круговой тренировки и игрового упражнения на внимание	Комбинированный	Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
34		Стойка на голове и руках	1	Проведение зарядки с помощью учеников, повторение техники выполнения стойки на голове и руках, проведение подвижной игры	Комбинированный	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие

					«Парашютисты»		научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	и освоение социальной роли обучающегося.	
Знания о физической культуре									
35			Гимнастика, ее история и значение в жизни человека	1	Знакомство с гимнастикой, ее историей и значением в жизни человека, проведение зарядки с гимнастическими палками с помощью учеников, совершенствование техники выполнения стойки на голове и руках, повторение подвижной игры «Парашютисты»	Комбинированный	Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
Гимнастика с элементами акробатики									
36			Гимнастические упражнения	1	Разучивание разминки на гимнастических матах с мячом, совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений,	Комбинированный	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения * на внимание бывают	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

					проведение игрового упражнения на внимание			гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание	
37			Висы	1	Повторение разминки на матах с мячом, выполнение различных вариантов висов, проведение подвижной игры «Ловля обезьян»	Комбинированный	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
38			Лазанье по гимнастической стенке и висы	1	Разучивание разминки с гимнастическими палками, повторение техники лазанья по гимнастической стенке, совершенствование техники вися завесом одной и двумя ногами, проведение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	Комбинированный	Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения вися завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<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: 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.
39			Круговая	1	Повторение	Урок по-	Знать, как проходить	Коммуникативные:	Фор-

			тренировка		разминки с гимнастическими палками, проведение круговой тренировки и подвижной игры «Удочка»	вторения и закрепления изученного материала	станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»	мирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
40			Прыжки скакалку	в	1	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжков в скакалку, проведение подвижной игры «Горячая линия»	Комбинированный	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать со скакалкой, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
41			Прыжки скакалку тройках	в	в	1	Повторение разминки со скакалками и прыжков в скакалку в тройках, проведение подвижной игры «Горячая линия»	Урок повторения и закрепления изученного материала	Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: прыгать в скакалку самостоятельно и в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,

								тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
42			Лазанье по канату в два приема	1	Разучивание разминки со скакалками, лазанья по канату в два приема, повторение лазанья по канату в три приема и прыжков в скакалку в тройках, проведение подвижной игры «Будь осторожен»	Комбинированный	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»	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
43			Круговая тренировка	1	Повторение разминки со скакалкой, проведение круговой тренировки. Разучивание подвижной игры «Игра в мяч с фигурами»	Комбинированный	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
44			Упражнения на	1	Разучивание	Комби-	Знать, какие	Коммуникативные:	Развитие

			гимнастическом бревне		разминки на гимнастических скамейках, проведение упражнений на гимнастическом бревне, разучивание подвижной игры «Салки и мяч»	нированный	упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
45			Упражнения на гимнастических кольцах	1	Повторение разминки на скамейках, упражнений на гимнастических кольцах и на гимнастическом бревне и подвижной игры «Салки и мяч»	Комбинированный	Знать комбинацию на гимнастических кольцах, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
46			Махи на гимнастических кольцах	1	Разучивание разминки с резиновыми кольцами, махов и выкрута на кольцах, повторение подвижной	Комбинированный	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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче-

					игры «Ловишка с мешочком на голове»			образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять махи и выкрут на кольцах, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
47			Круговая тренировка	1	Повторение разминки с резиновыми кольцами, махов и выкрута на гимнастических кольцах, проведение лазанья по наклонной гимнастической скамейке и круговой тренировки, повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Комбинированный	Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять махи и выкрут на кольцах, лазать по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48			Вращение обруча	1	Разучивание разминки с обручами, повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание	Комбинированный	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	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств,

					подвижной игры «Катание колеса»			силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	
49			Круговая тренировка	1	Повторение разминки с обручами, стойки на голове и руках, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Катание колеса»	Урок повторения и закрепления изученного материала	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 самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Лыжная подготовка										
50			Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	1	Повторение организационно-методических требований, применяемых на уроках лыжной подготовки, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники	Комбинированный	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.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	

					ступающего и скользящего шага на лыжах без лыжных палок			<i>Познавательные:</i> уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом	
51			Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	1	Повторение техники передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, а также поворотов переступанием	Комбинированный	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
52			Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	1	Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, повторение поворотов на лыжах прыжком	Комбинированный	Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических

									потребностей, ценностей и чувств
53			Попеременный одношажный ход на лыжах	1	Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правил обгона на лыжне	Комбинированный	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, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
54			Одновременный одношажный ход на лыжах	1	Повторение ранее изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне	Комбинированный	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	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
55 - 56			Подъем на склон «елочкой», «полуелочкой» и	2	Повторение ранее изученных лыжных ходов,	Комбинированный	Знать, как передвигаться на лыжах, подниматься	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное	Принятие и освоение социальной

			спуск в основной стойке на лыжах		подъема на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуска в основной стойке на лыжах		на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке	содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке	роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.
57 - 58			Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах	2	Повторение лыжных ходов, подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом»	Комбинированный	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
59			Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	1	Повторение лыжных ходов, различных вариантов подъема на склон, торможения «плугом», проведение	Комбинированный	Знать технику выполнения лыжных ходов, подъема на склон и спуска со склона; торможения «плугом», спуска со склона., «змейкой»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе

					передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»			и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона и подниматься на склон, тормозить «плугом», спускаться со склона «змейкой»	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60		Подвижная игра на лыжах «Накаты»	1	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения и спуска на лыжах «змейкой», проведение подвижной игры на лыжах «Накаты»	Комбинированный	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
61		Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	1	Повторение техники спуска в низкой стойке, подвижной игры на лыжах «Накаты», разучивание подвижной игры на лыжах «Подними предмет»	Комбинированный	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	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	

								предмет»	
62			Прохождение дистанции 2 км на лыжах	1	Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, катания со склона в низкой стойке и свободного катания	Комбинированный	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке</p>	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
63			Контрольный урок по лыжной подготовке	1	Повторение ранее изученных лыжных ходов, техники передвижения на лыжах «змейкой», подъема на склон «лесенкой», спуска в низкой стойке, спуска с упражнением «Подними предмет», торможения «плугом»	Контрольный	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
Лёгкая атлетика									
64			Полоса препятствий	1	Разбивание разминки	Комбинированный	Знать, как преодолевать полосу	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с	Развитие этических

				движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, проведение подвижной игры «Удочка»	ный	препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка»	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»	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
65		Усложненная полоса препятствий	1	Повторение разминки в движении, проведение прохождения усложненной полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку.	Комбинированный	Знать, как преодолеть 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 усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
66		Прыжок в высоту с прямого разбега	1	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры	Комбинированный	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	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия

					«Вышибалы с кеглями»			заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	другим людям
67			Прыжок в высоту - способом «перешагивание»	1	Повторение разминки с гимнастическими скамейками и прыжка в высоту с прямого разбега, проведение прыжков в высоту способом «перешагивание», разучивание подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной 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»	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

Знания о физической культуре

68			Физкульт-минутка	1	Знакомство с физкульт-минутками, разучивание разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, повторение прыжка в высоту способом «перешагивание» и	Комбинированный	Знать, что такое физкультминутки, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Коммуникативные: владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,
----	--	--	------------------	---	--	-----------------	---	---	--

					подвижной игры «Вышибалы с ранением»			Познавательные: уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»	формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
Гимнастика с элементами акробатики									
69			Знакомство с опорным прыжком	1	Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, повторение прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование прыжка в высоту способом «перешагивание», знакомство с опорным прыжком.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, 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: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
70			Опорный прыжок.	1	Разучивание разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, повторение техники опорного прыжка и подвижной игры «Ловишка на хобах»	Комбинированный	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	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям

								на хобах»	
71			Контрольный урок по опорному прыжку	1	Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, совершенствование техники опорного прыжка, проведение подвижной игры по желанию учеников	Контрольный	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной подвижной игры	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося.
Подвижные и спортивные игры									
72 - 73			Броски мяча через волейбольную сетку	2	Разучивание разминки с мячом, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Комбинированный	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>	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
74			Подвижная игра «Пионербол»	1	Повторение разминки с мячом, совершенствование техники бросков мяча через	Урок повторения и закрепления изученного	Повторение разминки с мячом, совершенствование техники бросков мяча через сетку, и	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося,

					волейбольную сетку и ловли мяча, повторение подвижной игры «Пионербол»	материала	ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол»	кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол»	формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
75		Упражнения с мячом	1	Разучивание разминки с мячом и упражнений с мячами в парах, повторение подвижной игры «Пионербол»	Комбинированный	Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
76 - 77		Волейбольные упражнения	2	Повторение разминки с мячом, проведение волейбольных упражнений и подвижной игры «Пионербол»	Комбинированный	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося.	
78		Контрольный урок по волей-		Разучивание разминки с мячом в	Контрольный	Знать технику выполнения	Коммуникативные: с достаточной полнотой и	Формирование	

			болу		движении, контрольная проверка умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»		волейбольных упражнений, правила подвижной игры «Пионербол»	точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	эстетических потребностей, ценностей и чувств
--	--	--	------	--	---	--	---	--	---

Лёгкая атлетика

79			Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы»	1	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Комбинированный	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»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
80			Броски набивного мяча правой и левой рукой.	1	Повторение разминки с набивным мячом, техники броска набивного мяча	Урок повторения и закрепления изученного	Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание

					правой и левой рукой, проведение подвижной игры «Точно в цель»	материала	подвижной игры «Точно, в цель»	<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>	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
--	--	--	--	--	--	-----------	--------------------------------	--	---

Гимнастика с элементами акробатики

81			Тестирование виса на время	1	Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время, повторение подвижной игры «Борьба за мяч»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
82			Тестирование наклона из положения стоя	1	Повторение разминки с гимнастическими палками и правил спортивной игры «Гандбол», проведение тестирования наклона из положения стоя	Контрольный	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, 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 наклона вперед</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям

								из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол»	
Лёгкая атлетика									
83			Тестирование прыжка в длину с места	1	Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, тестирования по прыжкам в длину с места и спортивной игры «Гандбол»	Контрольный	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>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
Гимнастика с элементами акробатики									
84			Тестирование подтягиваний и отжиманий	1	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подтягиваний и отжиманий и спортивной игры «Гандбол»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в</p>	Осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

								спортивную игру «Гандбол»	
85			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, повторение спортивной игры «Баскетбол»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, 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 подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, личной ответственности за свои поступки, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры									
86 - 87			Баскетбольные упражнения		Разучивание разминки с мячом, проведение баскетбольных упражнений, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Комбинированный	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>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося.
Лёгкая атлетика									
88			Тестирование метания малого	1	Повторение разминки с мячом,	Контрольный	Знать правила проведения	Коммуникативные: с достаточной полнотой и	Развитие самостоятельн

			мяча на точность		проведение тестирования метания малого мяча на точность и спортивной игры «Баскетбол»		тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»	ости и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
--	--	--	------------------	--	---	--	---	---	---

Подвижные и спортивные игры

89 - 90			Спортивная игра «Баскетбол»	2	Разучивание разминки с мячом в движении, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Комбинированный	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
---------	--	--	-----------------------------	---	--	-----------------	---	---	--

Лёгкая атлетика

91			Беговые упражнения	1	Разучивание разминки в движении, проведение	Комбинированный	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и	Осознание личного смысла учения,
----	--	--	--------------------	---	---	-----------------	---	---	----------------------------------

					беговых упражнений и подвижной игры «Командные хвостики»		«Командные хвостики»	слушать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
92			Тестирование бега на 30 м с ВЫСОКОГО старта	1	Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, разучивание подвижной игры «Ножной мяч»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг Друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ножной мяч»	Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, личной ответственности за свои поступки, социальной справедливости.
93			Тестирование челночного бега 3 x 10м	1	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучаю-

								<i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	щегося.
94			Тестирование метания мешочка на дальность	1	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мешочка на дальность и подвижной игры «Флаг на башне»	Контрольный	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры «Флаг на башне»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Подвижные и спортивные игры									
95 - 96			Футбольные упражнения	2	Разучивание разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол»	Комбинированный	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить

								«Футбол»	выходы из спорных ситуаций
97			Спортивная игра «Футбол»	1	Повторение разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол»	Урок повторения и закрепления изученного материала	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 доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, личной ответственности за свои поступки, социальной справедливости и свободе
Лёгкая атлетика									
98			Бег на 1000 м	1	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	Контрольный	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.</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 мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося.
Подвижные и спортивные игры									
99 - 10			Спортивные игры	2	Разучивание разминки в движении,	Комбинированный	Знать технику передачи эстафетной палочки, правила	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в	Развитие самостоятельности и личной

0				проведение 2—3 спортивных игр по желанию учеников и эстафеты с передачей эстафетной палочки		выбранных спортивных игр	устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
10 1 10 2			Подвижные и спортивные игры	Проведение разминки в движении, спортивных и подвижных игр, выбранных учениками, подведение итогов четверти и года	Урок повторения и закрепления изученного материала	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	Осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств