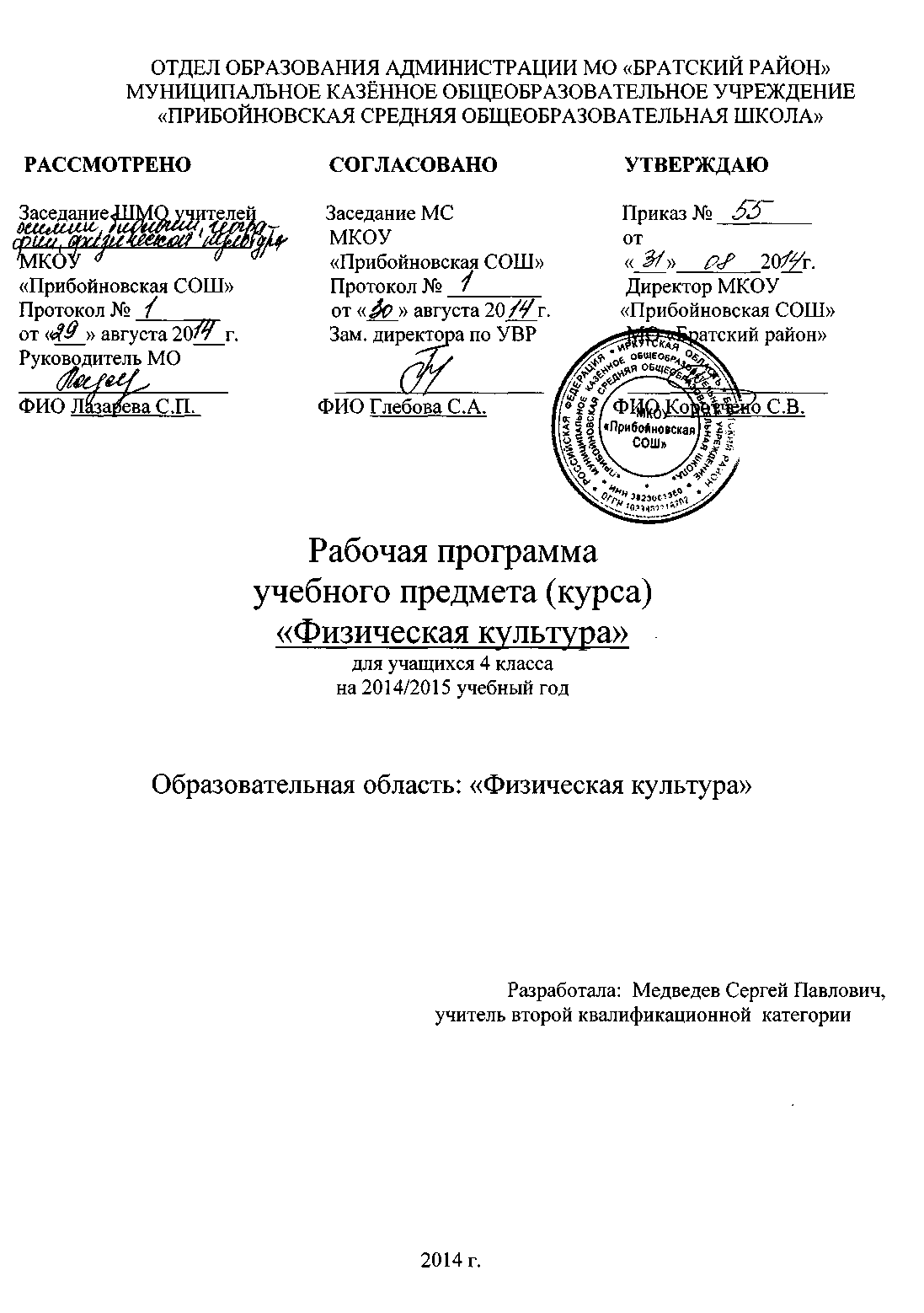
****

**Пояснительная записка**

Данная рабочая программа разработана в соот­ветствии с основными положениями ФГОС НОО, основана на программе по предметной линии учеб­ников В.И. Ляха и обеспечена учебником для обще­образовательных учреждений «Физическая культура. 1—4 классы» (М.: Просвещение).2013 г

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

***Задачи обучения:***

* укрепление здоровья, улучшение осанки, про­филактика плоскостопия, содействие гармо­ничному физическому, нравственному и со­циальному развитию, успешному обучению;
* формирование первоначальных умений само­регуляции средствами физической культуры;
* овладение школой движений;
* развитие координационных (точность воспро­изведения и дифференцирование простран­ственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точ­ность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве)и кондиционных (скоростные, скоростно-силовые, выносливость, гибкость) способно­стей;
* формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных и кондиционных способностей;
* выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
* формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
* приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интереса к опре­деленным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
* воспитание дисциплинированности, доброже­лательного отношения к товарищам, честно­сти, отзывчивости, смелости во время выпол­нения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (восприя­тие и представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Общая характеристика предмета**

Физическая культура — это обязательный учеб­ный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура» являет­ся основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физ­культурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутка, зарядка и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, по­движные игры), внеклассной работой по физиче­ской культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными меро­приятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.) — достигается формирование фи­зической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических заня­тиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной дея­тельности, разностороннюю физическую подготов­ленность.

* При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяю­щая урочные и внеурочные формы занятий физиче­скими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскры­тия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

**Общая характеристика курса**

Предметом обучения физической культуре в на­чальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укреп­ляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творче­ство и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современ­ного урока по физической культуре является обес­печение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подго­товленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Россий­ской Федерации, в том числе:

* требованиях к результатам освоения основ­ной образовательной программы начального общего образования, представленной в Феде­ральном государственном стандарте;
* концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
* Федеральном законе «Об образовании»;
* Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
* Стратегии национальной безопасности Рос­сийской Федерации до 2020 г.;
* примерной программе начального общего об­разования;
* приказе Минобрнауки России от 30 августа 2010 г. №889.

**Учебный план**

На курс «Физическая культура» в 4 классе от­водится 102 ч (3 ч/нед). Третий час на преподава­ние учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки России от 30 авгу­ста 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Тре­тий час учебного предмета "Физическая культура" использовать на увеличение двигательной активно­сти и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического вос­питания».

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

**В** соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального го­сударственного образовательного стандарта (приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 4 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапред-метных и предметных результатов по физической культуре.

***Личностные результаты:***

* формирование чувства гордости за свою Ро­дину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной при­надлежности;
* формирование уважительного отношения к культуре других народов;
* развитие мотивов учебной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
* развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям;
* развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
* развитие самостоятельности и личной ответ­ственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социаль­ной справедливости и свободе;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;• формирование установки на безопасный, здо­  
  ровый образ жизни.

***Метапредметные результаты:***

* овладение способностью принимать и сохра­нять цели и задачи учебной деятельности, по­иска средств ее осуществления;
* формирование умений планировать, кон­тролировать и оценивать учебные дейст­вия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наи­более эффективные способы достижения ре­зультата, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оце­нивать собственное поведение и поведение окружающих, конструктивно разрешать кон­фликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
* овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержани­ем конкретного учебного предмета, 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 ее позитив­ном влиянии на развитие человека (физиче­ское, интеллектуальное, эмоциональное, со­циальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализа­ции;
* овладение умением организовывать здоро-вьесберегающую жизнедеятельность (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 (сила, быстрота, выносливость, коор­динация движений, гибкость).

**Содержание курса**

К концу учебного года ***учащиеся научатся:***

• по разделу *«Знания о физической культуре»* —выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник само­ контроля, 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, напрыги-вать 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, направленные 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 *«Плавание» -* входить в воду, сколь­зить на груди и спине, плавать кролем на спи­не и на груди, нырять с тумбы, нырять с от­крытыми глазами, выполнять повороты в воде и игровые упражнения «Крокодильчик»,«Поплавок», «Стрелка с мотором», «Медуза», «Звездочка», проплывать дистанцию 50 м, иг­рать в подвижные игры в воде «Кто быстрее с буквами?», «Спрячься в воду»; • 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 хопах», «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).

**Распределение учебных часов по разделам программы**

Количество часов, отводимых на изучение каж­дой темы, и количество контрольных работ по дан­ной теме приведено в таблице.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тема | **Кол-во часов** | **Кол-во контроль­ных работ** |
| Знания о физической культуре | **5** | **1** |
| Гимнастика с элементами акро­батики | **30** | **9** |
| Легкая атлетика | **23** | **12** |
| Лыжная подготовка | **22** | **2** |
| Подвижные и спортивные игры | **22** | **2** |
| **Общее количество часов** | **102** | **26** |

**Материально-техническое обеспечение *Библиотечный фонд:***

• стандарт начального общего образования  
по физической культуре;

\* примерные программы по учебному предмету  
«Физическая культура» (1—4 классы);

* рабочие программы по физической культуре
* учебники и пособия, которые входят в пред­метную линию В.И. Ляха;
* методические издания по физической культу­ре для учителей.

***Демонстрационный материал:***

* таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;
* плакаты методические;
* портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

***Технические средства:***

* телевизор с универсальной приставкой;
* аудиоцентр с системой озвучивания спортив ных залов и площадок;
* мегафон;
* экран (на штативе или навесной);

• цифровая видеокамера.  
***Учебно-практическое*** *и* ***учебно-лабораторное обо­  
рудование:***

* стенка гимнастическая;
* бревно гимнастическое напольное;
* мостик гимнастический;
* козел гимнастический;
* скамейки гимнастические;
* перекладина гимнастическая;

палки гимнастические;

* скакалки гимнастические;
* обручи гимнастические;
* кольца гимнастические;
* маты гимнастические;
* перекладина навесная;
* канат для лазанья;
* комплект навесного оборудования (мишени, перекладины);
* мячи набивные (1 кг);
* мячи массажные;
* мячи-хопы;
* мячи малые (резиновые, теннисные);
* мячи средние резиновые;
* мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные);
* кольца пластмассовые разного размера;
* кольца резиновые;
* планка для прыжков в высоту;
* стойки для прыжков в высоту;
* рулетки измерительные (10 м, 50 м);
* щиты с баскетбольными кольцами;
* стойки волейбольные;
* стойки с баскетбольными кольцами;
* сетка волейбольная;
* конусы;
* футбольные ворота;
* аптечка медицинская.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | | **Поурочное** |
| № уро­ка | Дата проведения | | Тема урока  Тип урока | | Понятия |
|  | план | факт |  | |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | | 5 |
|  | | | |  | |
| 1 | .  4.09 |  | Органи-зацион-но-мето-дические требо­вания на уроках физиче­ской куль­туры  Комби­нирован­ный | | Организационно-мето­дические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, разминка в движении, подвижные игры «Ло-вишка» и «Колдунчи­ки» |
| 2 | 5.09 |  | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта  Кон­трольный | | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки с доми­ками» и «Салки - дай руку» |
| 3 | 6.09 |  | Челноч­ный бег  Комби­нирован­ный | | Беговая разминка, чел­ночный бег, подвижная игра «Флаг на башне» |
| 4 | 11.9 |  | Тести­рование челноч­ного бега 3х 10м  Кон­трольный | | Беговая разминка, те­стирование челночного бега3 х 10м, подвиж­ная игра «Колдунчики» |
|  |  |  |  | |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **планирование** | |  |  |  |
|  | **Планируемые результаты** |  | **Вид контроля** |  |
| **Предметные** | **Метапредметные УУД** | **Личностные** УУД |  |
| **6** | **7** | **8** | **9** |  |
|  |  |  |  |  |
| Знать орга- | ***Коммуникативные:*** слушать и слы- | Развитие мотивов учебной |  |  |
| низационно- | шать друг друга, уметь работать | деятельности и осознание |  |  |
| методические | в группе. | личностного смысла уче- |  |  |
| требования, | ***Регулятивные:*** определять новый | ния, принятие и освоение |  |  |
| применяемые | уровень отношения к самому себе | социальной роли обучаю- |  |  |
| на уроках фи- | как субъекту деятельности, находить | щегося, развитие навыков |  |  |
| зической куль- | необходимую информацию. | сотрудничества со сверст- |  |  |
| туры, строевые | ***Познавательные:*** уметь рассказать | никами и взрослыми |  |  |
| упражнения, | об организационно-методических | в разных социальных си- |  |  |
| правила по- | требованиях, применяемых на уро- | туациях |  |  |
| движных игр | ках физической культуры, выпол- |  |  |  |
| «Ловишка» | нять строевые упражнения, играть |  |  |  |
| и «Колдунчики» | в подвижные игры «Ловишка» |  |  |  |
|  | и «Колдунчики» |  |  |  |
|  |  |  | ***'.*** |  |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** обеспечивать | Развитие этических |  |  |
| проведения | бесконфликтную совместную рабо- | чувств, доброжелательно- |  |  |
| тестирования | ту, слушать и слышать друг друга. | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
| бега на 30 м | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | ственной отзывчивости, |  |  |
| с высокого | оценку взрослого и сверстника, со- | сочувствия другим людям, |  |  |
| старта, правила | хранять заданную цель. | развитие самостоятельно- |  |  |
| подвижных игр | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | сти и личной ответствен- |  |  |
| «Салки с доми- | вание бега на 30 м с высокого старта, | ности за свои поступки |  |  |
| ками» и «Сал- | играть в подвижные игры «Салки | на основе представлений |  |  |
| ки — дай руку» | с домиками» и «Салки — дай руку» | о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |  |
| челночного | полнотой и точностью выражать | деятельности и осознание |  |  |
| бега, правила | свои мысли в соответствии с задача- | личностного смысла уче- |  |  |
| подвижной | ми и условиями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |  |
| игры «Флаг | ***Регулятивные:*** контролировать свою | социальной роли обучаю- |  |  |
| на башне» | деятельность по результату, осу­ществлять свою деятельность по об­разцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять челноч­ный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |  |  |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие этических |  |  |
| проведения | конкретное содержание и сообщать | чувств, доброжелательно- |  |  |
| тестирования | его в устной форме, добывать недо- | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
| челночного бега | стающую информацию с помощью | ственной отзывчивости, |  |  |
| 3 х 10 м, разные | вопросов. | сочувствия другим людям, |  |  |
| варианты пра- | *Регулятивные:* проектировать новый | развитие навыков сотруд- |  |  |
| вил подвижной | уровень отношения к самому себе | ничества со сверстниками |  |  |
| игры «Колдун- | как субъекту деятельности. | и взрослыми в разных со- |  |  |
| чики» | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | циальных ситуациях |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1** | 2 | 3 | 4 | | 5 |
|  |  |  |  |  | |  |
|  | **5** | 12.9 |  | Тестиро­вание бега на 60 м с высокого старта  Кон­трольный | | Беговая разминка с ме­шочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, соби­рай быстрее» |
| **•** | **6** | 13.9 |  | Тести­рование метания мешочка на даль­ность  Кон­трольный | | Беговая разминка с ме­шочками, тестирова­ние метания мешочка на дальность, метания мешочка с разбега, подвижная игра «Кол­дунчики» |
|  |  | | | |  | | |
|  | 7 | 18.9 |  | Техника паса в фут­боле  Комби­нирован­ный | | Разминка в движении, техника паса в футболе, подвижная игра «Со­бачки ногами» |
|  |  | | |  | |  |
|  | 8 | 19.9 |  | Спортив­ная игра «Футбол»  Комби­нирован­ный | | Разминка в движе­нии, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол» |
|  |  |  |  |  | |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
|  | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  | вание челночного бега 3 х 10м, иг­рать в разные варианты подвижной игры «Колдунчики» |  |  |
|  | Знать правила проведения | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо- |  |
|  | тестирования | свои мысли в соответствии с задача- | ционально-нравственной |  |
|  | бега на 60 м | ми и условиями коммуникации. | отзывчивости, сочувствия |  |
|  | с высокого | *Регулятивные:* самостоятельно вы- | другим людям; развитие са- |  |
|  | старта, прави­ла подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | делять и формулировать познава­тельные цели.  *Познавательные:* проходить тестиро­вание бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах,социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни |  |
|  | Знать правила проведения | *Коммуникативные:* добывать недо­стающую информацию с помощью | Развитие этических чувств, доброжелательно- |  |
|  | тестирования метания мешоч- | вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. | сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, |  |
|  | ка на дальность. | *Регулятивные:* адекватно понимать | сочувствия другим людям. |  |
|  | как выполнять | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие самостоятельно- |  |
|  | метание мешоч­ка с разбега, | хранять заданную цель. *Познавательные:* проходить тести- | сти и личной ответствен­ности за свои поступки |  |
|  | правила по- | рование метания мешочка на даль- | на основе представлении |  |
|  | движной игры «Колдунчики» | ность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики» | о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |
|  |  |  |  |  |
|  | Знать, какие варианты пасов | ***Коммуникативные:*** уметь работать в группе, слушать и слышать друг | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо- |  |
|  | можно приме- | друга и учителя. | ционально-нравственной |  |
|  | нять в футболе, | *Регулятивные:* осознавать самого | отзывчивости, сочувствия |  |
|  | правила по-  ДВНЖН1Я?ЙГРБ1" | себя как движущую силу своего янученим", сжпочлпяяяйняггб к-пре- | другим людям, развитие навыхив-егггрудмичегггва- |  |
|  | «Собачки нога- | одолению препятствий и самокор- | со сверстниками и взрос- |  |
|  | ми» | рекции.  *Познавательные:* выполнять различ­ные варианты пасов, играть в по­движную игру «Собачки ногами» | лыми в разных социальных ситуациях, умений не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |
|  |  |  |  | . |
|  | Знать историю футбола, техни- | *Коммуникативные:* слушать и слы­шать друг друга и учителя, с доста- | Развитие этических чувств, доброжелательно- |  |
|  | ку выполнения | точной полнотой и точностью вы- | сти и эмоционально-нрав- |  |
|  | различных ва- | ражать свои мысли в соответствии | ственной отзывчивости, |  |
|  | риантов пасов, | с задачами и условиями коммуни- | сочувствия другим людям, |  |
|  | правила спор­тивной игры «Футбол» | кации.  *Регулятивные:* видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, | развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |
| **Легкая атлетика** | | | |  |
| 9 | 20.9 |  | Техника прыжка в длину с разбега  Комби­нирован­ный | Разминка на месте, прыжок в длину с раз­бега, спортивная игра «Футбол» |
| 10 | 25.9 |  | Прыжок в длину с разбега на резуль­тат  Комби­нирован­ный | Разминка на месте, прыжок в длину с раз­бега, спортивная игра «Футбол» |
| 11 | 26.9 |  | Контроль­ный урок по прыж­кам в дли­ну с раз­бега | Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, по­движная игра «Команд­ные собачки» |
| 12 | 27.9 |  | Контроль­ный урок по футболу | Разминка в движении, футбольные упражне­ния, спортивная игра «Футбол» |
| **Легкая атлетика** | | | |  |
| 13 | 2.10 |  | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точ­ность | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | сохранять заданную цель. | социальных ситуациях, |  |
|  | ***Познавательные:*** выполнять различ- | умений не создавать кон- |  |
|  | ные варианты пасов, играть в спор- | фликты и находить выхо- |  |
|  | тивную игру «Футбол» | ды из спорных ситуаций |  |
|  |  |  |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнять | конкретное содержание и сообщать | деятельности и осозна- |  |
| прыжок в дли- | его в устной форме. | ние личностного смысла |  |
| ну с разбега, | ***Регулятивные:*** контролировать свою | учения, формирование |  |
| правила спор- | деятельность по результату, сохра- | установки на безопасный |  |
| тивной игры | нять заданную цель. | образ жизни, развитие |  |
| «Футбол» | ***Познавательные:*** прыгать в длину | навыков сотрудничества |  |
|  | с разбега, играть в спортивную игру | со сверстниками и взрос- |  |
|  | «Футбол» | лыми в разных социаль­ных ситуациях |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** эффективно | Развитие мотивов учебной |  |
| прыжка в дли- | сотрудничать и способствовать про- | деятельности и осозна- |  |
| ну с разбега, | дуктивной кооперации. | ние личностного смысла |  |
| правила спор- | ***Регулятивные:*** контролировать свою | учения, формирование |  |
| тивной игры | деятельность по результату, сохра- | установки на безопасный |  |
| «Футбол» | нять заданную цель. | образ жизни, развитие |  |
|  | ***Познавательные:*** прыгать в длину | навыков сотрудничества |  |
|  | с разбега на результат, играть в спор- | со сверстниками и взрос- |  |
|  | тивную игру «Футбол» | лыми в разных социаль­ных ситуациях |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие этических |  |
| выполнять | стающую информацию с помощью | чувств, доброжелательно- |  |
| контрольный | вопросов, устанавливать рабочие | сти и эмоционально-нрав- |  |
| прыжок в длину | отношения. | ственной отзывчивости, |  |
| с разбега, пра- | ***Регулятивные:*** определять новый | сочувствия другим людям, |  |
| вила подвижной | уровень отношения к самому себе | развитие навыков сотруд- |  |
| игры «Команд- | как субъекту деятельности. | ничества со сверстниками |  |
| ные собачки» | ***Познавательные:*** выполнять кон- | и взрослыми в разных со- |  |
|  | трольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Команд­ные собачки» | циальных ситуациях |  |
|  |  |  |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** содействовать | Развитие этических |  |
| проходит кон- | сверстникам в достижении цели, | чувств, доброжелательно- |  |
| трольный урок | устанавливать рабочие отношения. | сти и эмоционально-нрав- |  |
| по футболу, | ***Регулятивные:*** самостоятельно выде- | ственной отзывчивости, |  |
| правила спор- | лять **и** формулировать познаватель- | сочувствия другим людям, |  |
| тивной игры | ные цели, находить необходимую | развитие навыков сотруд- |  |
| «Футбол» | информацию. | ничества со сверстниками |  |
|  | ***Познавательные:*** играть в спортив- | и взрослыми в разных со- |  |
| **\_\_\_** | ную игру «Футбол» | циальных ситуациях |  |
|  |  |  |  |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических |  |
| проведения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  |
| тестирования | свои мысли в соответствии с задача- | сти и эмоционально-нрав- |  |
| метания малого | ми и условиями коммуникации. | ственной отзывчивости, |  |
| мяча на точ- | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | сочувствия другим людям, |  |
| ность, правила | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие навыков сотруд- |  |
| подвижной | хранять заданную цель. | ничества со сверстниками |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | |  | | |  | |
| **1** | **2** | **3** | **4** | | 5 | | |  | |
|  |  |  |  | |  | | |  | |
| . | | | |  | | | | |  |
| **14** | 3.10 |  | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя  Кон­трольный | | Разминка с малыми мя­чами, тестирование на­клона вперед из поло­жения стоя, подвижная игра «Перестрелка» | | |  | |
| **15** | 4.10 |  | Тести­рование подъема туловища из положе­ния лежа за 30 с  Кон­трольный | | Разминка, направ­ленная на развитие гибкости, тестирова­ние подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Перестрелка» | | |  | |
|  | | | |  | |  | | | |
| **16** | 9.10 |  | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места  Кон­трольный | | Разминка, направлен­ная на развитие гиб­кости, тестирование прыжка в длину с ме­ста, подвижная игра «Волк во рву» | | |  | |
|  | | | |  | | |  | | |
| 17 | 10.10 |  | Тестиро­вание под­тягиваний и отжима­ний  Кон­трольный | | Разминка с гимна­стическими палками, тестирование подтя­гиваний и отжиманий, подвижная игра «Анти-вышибалы» | | |  | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | |
| 6 | 7 | 8 | 9 | |
| игры «Вышиба- | *Познавательные:* проходить тестиро- | и взрослыми в разных со- |  | |
| лы» | вание метания малого мяча на точ­ность, играть в подвижную игру «Вышибалы» | циальных ситуациях |  | |
|  |  |  |  | |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  | |
| проведения | полнотой и точностью выражать | деятельности и осозна- |  | |
| тестирования | свои мысли в соответствии с задача- | ние личностного смысла |  | |
| наклона вперед | ми и условиями коммуникации. | учения, принятие и освое- |  | |
| из положения | *Регулятивные:* адекватно понимать | ние социальной роли |  | |
| стоя, правила | оценку взрослого и сверстника, со- | обучающегося, развитие |  | |
| подвижной игры «Пере- | хранять заданную цель. *Познавательные:* проходить тестиро- | этических чувств, доб­рожелательности и эмо- |  | |
| стрелка» | вание наклона вперед из положения | ционально-нравственной |  | |
|  | стоя, играть в подвижную игру «Пе- | отзывчивости, сочувствия |  | |
|  | рестрелка» | другим людям |  | |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических |  | |
| проведения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  | |
| тестирования | свои мысли в соответствии с задача- | сти и эмоционально-нрав- |  | |
| подъема тулови- | ми и условиями коммуникации. | ственной отзывчивости. |  | |
| ща из положе- | *Регулятивные:* адекватно понимать | сочувствия другим людям, |  | |
| ния лежа за 30 с. | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие самостоятельно- |  | |
| правила по- | хранять заданную цель. | сти и личной ответствен- |  | |
| движной игры «Перестрелка» | *Познавательные:* проходить тести­рование подъема туловища за 30 с, | ности за свои поступки на основе представлений |  | |
|  | играть в подвижную игру «Пере­стрелка» | о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  | |
|  |  |  |  | |
| Знать правила проведения | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать про- | Развитие этических чувств, доброжелательно- |  | |
| тестирования | дуктивной кооперации. | сти и эмоционально-нрав- |  | |
| прыжка в длину | *Регулятивные:* адекватно понимать | ственной отзывчивости, |  | |
| с места, прави- | оценку взрослого и сверстника, со- | сочувствия другим людям, |  | |
| ла подвижной игры «Волк | хранять заданную цель. *Познавательные:* проходить тести- | развитие самостоятельно­сти и личной ответствен- |  | |
| во рву» | рование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк | ности за свои поступки на основе представлений |  | |
|  | во рву» | о нравственных нормах, |  | |
|  |  | социальной справедливо­сти и свободе |  | |
|  |  |  |  | |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** *добывать* недо- | Развитие этических |  | |
| проведения | стающую информацию с помощью | чувств, доброжелательно- |  | |
| тестирования подтягиваний | вопросов, устанавливать рабочие отношения. | сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, |  | |
| и отжимании, | *Регулятивные:* адекватно понимать | сочувствия другим людям, |  | |
| правила по- | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие самостоятельно- |  | |
| движной игры «Антивышиба­лы» | хранять заданную цель. *Познавательные:* проходить тестиро­вание подтягиваний и отжиманий, | сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений |  | |
|  | играть в подвижную игру «Антивы­шибалы» | о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  | |
|  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | ***2*** | 3 | **4** | 5 |  |
| **18** | 11.10 |  | Тестиро­вание виса на время  Кон­трольный | Разминка с гимна­стическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Вышибалы» |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |
| 19 | 16.10 |  | Броски и ловля мяча в па­рах  Комби­нирован­ный | Разминка с мячами, броски и ловад мяча в парах, подвижная игра «Защита, стойки» |  | |
| 20 | 17.10 |  | Броски мяча в па­рах на точ­ность  Комби­нирован­ный | Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита, стойки» |  | |
| 21 | 18.10 |  | Броски  и ловля мяча в па­рах  Комби­нирован­ный | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точ­ность, подвижная игра «Капитаны» |  | |
| 22 | 23.10 |  | Броски и ловля мяча в па­рах у сте­ны | Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная иьра «Капи­таны» |  | |
|  |  |  |  |  |  | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** *с* достаточной | Развитие этических |  |
| проведения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  |
| тестирования | свои мысли в соответствии с задача- | сти и эмоционально-нрав- |  |
| виса на время. | ми и условиями коммуникации. | ственной отзывчивости, |  |
| правила по- | *Регулятивные:* адекватно понимать | сочувствия другим людям, |  |
| движной игры | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие самостоятельно- |  |
| «Вышибалы» | хранять заданную цель. | сти и личной ответствен- |  |
|  | *Познавательные:* проходить тести- | ности за свои поступки |  |
|  | рование виса на время, играть в по- | на основе представлений |  |
|  | движную игру «Вышибалы» | о нравственных нормах, социально справедливости и свободе |  |
|  |  |  |  |
| Знать варианты | ***Коммуникативные:*** слушать и слы- | Развитие мотивов учебной |  |
| бросков и ловли | шать друг друга, управлять поведе- | деятельности и осозна- |  |
| мяча в парах, | нием партнера (контроль, коррек- | ние личностного смысла |  |
| правила по- | ция, умение убеждать). | учения, развитие навыков |  |
| движной игры | *Регулятивные:* контролировать свою | сотрудничества со сверст- |  |
| «Защита стой- | деятельность по результату, видеть | никами и взрослыми |  |
| ки» | ошибку и исправлять ее по указанию | в разных социальных |  |
|  | взрослого. | ситуациях, умений не со- |  |
|  | ***Познавательные:*** бросать **и** ловить | здавать конфликты и на- |  |
|  | мяч в парах, играть в подвижную | ходить выходы из спорных |  |
|  | игру «Защита стойки» | ситуаций |  |
| Знать, какие ва- | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
| рианты бросков | стающую информацию с помощью | деятельности и осознание |  |
| на точность су- | вопросов, управлять поведением | личностного смысла уче- |  |
| ществуют, пра- | партнера. | ния, принятие и освоение |  |
| вила подвижной | *Регулятивные:* осознавать самого | социальной роли обучаю- |  |
| игры «Защита | себя как движущую силу своего | щегося, развитие навыков |  |
| стойки» | научения, свою способность к пре- | сотрудничества со сверст- |  |
|  | одолению препятствий и самокор- | никами и взрослыми |  |
|  | рекции, адекватно оценивать свои | в разных социальных |  |
|  | действия и действия партнеров. | ситуациях, умений не со- |  |
|  | *Познавательные:* выполнять бросхи | здавать хонфликгы и на- |  |
|  | мяча в парах на точность, играть | ходить выходы из спорных |  |
|  | в подвижную игру «Защита стойки» | ситуаций |  |
| Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** слушать **и** слы- | Развитие навыков сотруд- |  |
| полнять броски | шать друг друга, добывать недо- | ничества со сверстниками |  |
| мяча в парах | стающую информацию с помощью | и взрослыми в разных |  |
| на точность, | вопросов. | социальных ситуациях. |  |
| правила по- | *Регулятивные:* осознавать самого | умений не создавать кон- |  |
| движной игры | себя как движущую силу своего | фликты и находить выхо- |  |
| «Капитаны» | научения, свою способность к пре- | ды из спорных ситуаций, |  |
|  | одолению препятствий и самокор- | развитие этических чувств. |  |
|  | рекции, адекватно оценивать свои | доброжелательности |  |
|  | действия и действия партнеров. | и эмоционально-нрав- |  |
|  | ***Познавательные:*** бросать мяч **в па-** | ственной отзывчивости. |  |
|  | рах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны» | сочувствия другим людям |  |
| Знать, какие ва- | ***Коммуникативные:*** слушать и слы- | Развитие мотивов учебной |  |
| рианты бросков | шать друг друга и учителя, управлять | деятельности и осознание |  |
| мяча в стену су- | поведением партнера. | личностного смысла уче- |  |
| ществуют и как | *Регулятивные:* проектировать тра- | ния, принятие и освоение |  |
| ловить отско- | ектории развития через включение | социальной роли обучаю- |  |
| чивший | в новые виды деятельности и формы | щегося, развитие навыков |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |
| 23 | 24.10 |  | Подвиж­ная игра «Осада города»  Комби­нирован­ный | Разминка с массаж­ными мячами,броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада города» |
| 24 | 25.10 |  | Броски и ловля мяча  Комби­нирован­ный | Разминка с массаж­ными мячами, броски и *ловля мяча, подвиж­ная* игра «Осада города» |
| *25* | 30.10 |  | Упражне­ния с мя­чом  Комби­нирован­ный | *Разминка с мячом,* броски и ловля мяча, подвижная и фа «Штурм» |
| 26 | 31.10 |  | Ведение мяча  Урок по­вторения и закреп­ления изучен­ного ма­териала | Разминка с мячом, варианты ведения мяча, подвижная игра «Штурм» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | от стены мяч, | сотрудничества. | сотрудничества со сверст- |  |
|  | правила по- | ***Познавательные:*** бросать мяч в сте- | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | движной игры | ну различными способами, ловить | ных социальных ситуаци- |  |
|  | «Капитаны» | отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны» | ях, умений не создавать конфликты и находить вы­ходы из спорных ситуаций |  |
|  | Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических |  |
|  | полнять броски | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  |
|  | мяча в стену | свои мысли в соответствии с задача- | сти и эмоционально-нрав- |  |
|  | и как ловить | ми и условиями коммуникации. | ственной отзывчивости, |  |
|  | мяч,отскочив- | ***Регулятивные:*** контролировать свою | сочувствия другим людям, |  |
|  | ший от стены, | деятельность по результату, сохра- | развитие навыков сотруд- |  |
|  | правила по- | нять заданную цель. | ничества со сверстниками |  |
|  | движной игры | ***Познавательные:*** выполнять броски | и взрослыми в разных со- |  |
|  | «Осада города» | мяча в стену, ловить мяч, отскочив­ший от стены, играть в подвижную игру «Осада города» | циальных ситуациях |  |
|  | Знать, как бро- | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бес- | Развитие навыков сотруд- |  |
|  | сать и ловить | конфликтную совместную работу. | ничества со сверстниками |  |
|  | мяч, правила | ***Регулятивные:*** осуществлять дейст- | и взрослыми в разных |  |
|  | подвижной | вие по образцу и заданному правилу, | социальных ситуациях, |  |
|  | игры «Осада го- | сохранять заданную цель. | умений не создавать кон- |  |
|  | рода» | ***Познавательные:*** бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Оса­да города» | фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций, развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |
|  | Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** обеспечивать | Развитие самостоятельно- |  |
|  | полнять броски | бесконфликтную совместную рабо- | сти и личной ответствен- |  |
|  | и ловлю мяча, | ту. | ности за свои поступки |  |
|  | правила по- | ***Регулятивные:*** осуществлять дейст- | на основе представлений |  |
|  | движной игры | вие по образцу и заданному правилу, | о нравственных нормах, |  |
|  | «Штурм» | сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм» | социальной справедли­вости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умений не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |  |
|  | Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бес- | Развитие самостоятельно- |  |
|  | полнять различ- | конфликтную совместную работу. | сти и личной ответствен- |  |
|  | ные варианты | ***Регулятивные:*** осознавать самого | ности за свои поступки |  |
|  | ведения мяча, | себя как движущую силу своего | на основе представлений |  |
|  | правила по- | научения, свою способность к пре- | о нравственных нормах, |  |
|  | движной игры | одолению препятствий и самокор- | социальной справедли- |  |
|  | «Штурм» | рекции.  ***Познавательные:*** выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм» | вости **и** свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умений |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  | Подвиж-  ные игры |  |
| 27 |  |  | Беговая разминка, по- |
|  |  |  | движные игры, итоги |
|  | 1.11 |  | четверти |
|  |  |  | Кувырок  вперед  Комби-  нирован-  ный |  |
| 28 |  |  | Разминка на матах,  кувырок вперед с места  и с трех шагов, подвиж­ная игра «Удочка» |
|  |  |  |
|  | 13.11 |  |
| 29 |  |  | Кувырок | Разминка на матах, ку- |
|  |  |  | вперед | вырок вперед с места, |
|  |  |  | с разбега | с разбега, через препят- |
|  |  |  | и через | ствие, подвижная игра |
|  | 14.11 |  | препят­ствие  Комби-  нирован-  ный | «Удочка» |
|  | | |  |  |
|  | | |  |  |
| 30 |  |  | Зарядка  Комби-  нирован-  ный | Зарядка, техника раз- |
|  |  |  | личных вариантов |
|  | 15.11 |  | кувырка вперед, по­движная игра «Мяч в туннеле» |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  | не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** слушать и слы- | Развитие этических |  |
| выбирать по- | шать друг друга, находить общее | чувств, доброжелательно- |  |
| движные игры, | решение практической задачи, ува- | сти и эмоционально-нрав- |  |
| правила их | жать иное мнение. | ственной отзывчивости, |  |
| проведения, как | ***Регулятивные:*** самостоятельно выде- | развитие навыков сотруд- |  |
| подводить итоги | лять и формулировать познаватель- | ничества со сверстниками |  |
| четверти | ные цели, находить необходимую | и взрослыми в разных |  |
|  | информацию. | социальных ситуациях, |  |
|  | ***Познавательные:*** уметь выбирать | умений не создавать кон- |  |
|  | подвижные игры и играть в них, | фликты и находить выхо- |  |
|  | подводить итоги четверти ***Коммуникативные:*** с достаточной | ды из спорных ситуаций |  |
|  |  |  |
| Знать технику |  | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | полнотой и точностью выражать | деятельности и осознание |  |
| кувырка вперед | свои мысли в соответствии с усло- | личностного смысла уче- |  |
| с места и с трех | виями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |
| шагов, прави- | ***Регулятивные:*** самостоятельно выде- | социальной роли обучаю- |  |
| ла подвижной | лять и формулировать познаватель- | щегося, развитие само- |  |
| игры «Удочка» | ные цели, находить необходимую | стоятельности и личной |  |
|  | информацию. | ответственности за свои |  |
|  | ***Познавательные:*** выполнять кувы- | поступки на основе пред- |  |
|  | рок вперед с места и с трех шагов, | ставлений о нравствен- |  |
|  | играть в подвижную игру «Удочка» | ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бес- | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнять ку- | конфликтную совместную работу. | деятельности и осознание |  |
| вырок вперед | ***Регулятивные:*** осознавать самого | личностного смысла уче- |  |
| с места, с трех | себя как движущую силу своего | ния, принятие и освоение |  |
| шагов, с разбега | научения, свою способность к пре- | социальной роли обучаю- |  |
| и через препят- | одолению препятствий и самокор- | щегося, развитие само- |  |
| ствие, правила | рекции. | стоятельности **и** личной |  |
| подвижной | ***Познавательные:*** выполнять кувы- | ответственности за свои |  |
| игры «Удочка» | рок вперед с разбега, с трех шагов, | поступки на основе пред- |  |
|  | с разбега и через препятствие, играть | ставлений о нравствен- |  |
|  | в подвижную игру «Удочка» | ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |  |
|  |  |
|  |  |  |  |
| Знать, что такое | ***Коммуникативные:*** обеспечивать | Развитие навыков сотруд- |  |
| зарядка, пра- | бесконфликтную совместную рабо- | ничества со сверстниками |  |
| вила ее выпол- | ту, добывать недостающую инфор- | и взрослыми в разных |  |
| нения, какие | мацию с помощью вопросов. | социальных ситуациях, |  |
| варианты ку- | ***Регулятивные:*** видеть ошибку и ис- | умений не создавать кон- |  |
| вырков вперед | правлять ее по указанию взрослого, | фликты и находить выхо- |  |
| бывают, прави- | сохранять заданную цель. | ды из спорных ситуаций, |  |
| ла подвижной | ***Познавательные:*** уметь делать заряд- | формирование эстетиче- |  |
| игры «Мяч | ку, выполнять различные варианты | ских потребностей, ценно- |  |
| в туннеле» | кувырков вперед, играть в подвиж­ную игру «Мяч в туннеле» | стей и чувств |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | | | |  |
| 31 | 20.11 |  | Кувырок назад  Комби­нирован­ный | Зарядка, кувырок на­зад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» |
| 32 | 21.11 |  | Круговая трениров­ка  Комби­нирован­ный | Зарядка, круговая тре­нировка, игровое уп­ражнение на внимание |
| 33 | 22.11 |  | Стойка на голове и руках  Комби­нирован­ный | Зарядка, стойка на го­лове и руках, подвиж­ная игра «Парашюти­сты» |
| Знания о физической культуре | | | |  |
| 34 | 27.11 |  | Гимна­стика, ее история и значение в жизни человека  Комби­нирован­ный | Гимнастика, ее история и значение в жизни че­ловека, зарядка с гим­настическими палками, стойка на голове и ру­ках, подвижная игра «Парашютисты» |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **6** | 7 | 8 | 1 12 | |
|  |  |  |  | |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** эффективно | Развитие мотивов учебной |  |  |
| выполнения | сотрудничать и способствовать про- | деятельности и осозна- |  |  |
| зарядки, техни- | дуктивной кооперации. | ние личностного смысла |  |  |
| ку выполнения | ***Регулятивные:*** осуществлять дейст- | учения, развитие само- |  |  |
| кувырка назад | вие по образцу и заданному правилу. | стоятельности и личной |  |  |
| и вперед, пра- | ***Познавательные:*** уметь делать заряд- | ответственности за свои |  |  |
| вила подвижной | ку, выполнять кувырок назад и впе- | поступки на основе пред- |  |  |
| игры «Мяч | ред, играть в подвижную игру «Мяч | ставлений о нравствен- |  |  |
| в туннеле» | в туннеле» | ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |  |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие самостоятельно- |  |  |
| выполнять за- | конкретное содержание и сообщать | сти и личной ответствен- |  |  |
| рядку, какие | его в устной форме, устанавливать | ности за свои поступки |  |  |
| станции круго- | рабочие отношения. | на основе представлений |  |  |
| вой тренировки | ***Регулятивные:*** адекватно оценивать | о нравственных нормах, |  |  |
| существуют, | свои действия и действия партне- | социальной справедли- |  |  |
| правила выпол- | ров, видеть ошибку и исправлять ее | вости и свободе, форми- |  |  |
| нения игрового | по указанию взрослого. | рование эстетических |  |  |
| упражнения | ***Познавательные:*** уметь делать за- | потребностей, ценностей |  |  |
| на внимание | рядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое уп­ражнение на внимание | и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях |  |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |  |
| проводится за- | полнотой и точностью выражать | деятельности и осознание |  |  |
| рядка, технику | свои мысли в соответствии с задача- | личностного смысла уче- |  |  |
| выполнения | ми и условиями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |  |
| стойки на голо- | ***Регулятивные:*** осознавать самого | социальной роли обучаю- |  |  |
| ве и руках, пра- | себя как движущую силу своего | щегося, развитие само- |  |  |
| вила подвижной | научения, свою способность к пре- | стоятельности и личной |  |  |
| игры «Парашю- | одолению препятствий и самокор- | ответственности за свои |  |  |
| тисты» | рекции.  ***Познавательные:*** выполнять заряд­ку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты» | поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Знать историю | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |  |
| гимнастики, ее | стающую информацию с помощью | деятельности и осознание |  |  |
| значение в жиз- | вопросов, представлять конкретное | личностного смысла уче- |  |  |
| ни человека, | содержание и сообщать его в устной | ния, принятие и освоение |  |  |
| правила состав- | форме. | социальной роли обучаю- |  |  |
| ления зарядки | ***Регулятивные:*** самостоятельно выде- | щегося, формирование |  |  |
| с гимнастиче- | лять и формулировать познаватель- | эстетических потребно- |  |  |
| скими палками, | ные цели, находить необходимую | стей, ценностей и чувств |  |  |
| технику выпол- | информацию. |  |  |  |
| нения стойки | ***Познавательные:*** уметь рассказать |  |  |  |
| на голове и ру- | об истории гимнастики, выполнять |  |  |  |
| ках, правила по- | зарядку, стойку на голове и руках, |  |  |  |
| движной игры | играть в подвижную игру «Парашю- |  |  |  |
| «Парашютисты» | тисты» |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3 | 4** | 4 |  | | 5 |
|  | | | | |  | |
| 35 |  |  | Гимнасти-  ческие уп-  ражнения  Комби-  нирован-  ный | | Разминка на гимнасти-  ческих матах с мячом,  гимнастические упраж­нения, игровое упраж­нение на внимание | |
|  |  |  |
|  | 28.11 |  |
| 36 |  |  | Висы  Комби-  нирован-  ный | | Разминка на матах  с мячом, висы, по-  движная игра «Ловля обезьян» | |
|  |  |  |
|  | 29.11 |  |
| 37 |  |  | Лазанье  по гимна-  стической  стенке  и висы  Комби-  нирован-  ный | | Разминка с гимнасти- | |
|  |  |  | ческими палками, лаза- | |
|  |  |  | нье по гимнастической | |
|  |  |  | стенке, вис завесом | |
|  | 4.12 |  | одной и двумя ногами, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом» | |
| 38 |  |  | Круговая  трениров-  ка  Урок по-  вторения  и закреп-  ления изучен­ного ма­териала | | Разминка с гимнасти- | |
|  |  |  | ческими палками,кру- | |
|  |  |  | говая тренировка, по- | |
|  | 5.12 |  | движная игра «Удочка» | |
| 39 |  |  | Прыжки  в скакалку  Комби-  нирован-  ный | | Разминка со скакалка- | |
|  |  |  | ми, прыжки в скакалку, | |
|  | 6.12 |  | подвижная игра «Горя­чая линия» | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **6** | 7 | 8 | 9 |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** устанавливать | Развитие самостоятельно- |  |
| гимнастические | рабочие отношения, слушать и слы- | сти и личной ответствен- |  |
| упражнения | шать друг друга и учителя. | ности за свои поступки |  |
| существуют, | *Регулятивные:* самостоятельно вы- | на основе представлений |  |
| технику их | делять и формулировать познава- | о нравственных нормах, |  |
| выполнения, | тельные цели. | социальной справедли- |  |
| какие игровые | ***Познавательные:* выполнять гим-** | вости и свободе, фор- |  |
| упражнения | настические упражнения и игровое | мирование эстетических |  |
| на внимание | упражнение на внимание | потребностей, ценностей |  |
| бывают |  | и чувств |  |
| Знать, какие | ***Коммуникативн ые:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
| варианты висов | стающую информацию с помощью | деятельности и осозна- |  |
| г,чщйг.хр,чкхг, .каг | длцплглв, .цпедгхавпга& *конхретное* | ***нне*** *личностного смысла* |  |
| их выполнять, | содержание и сообщат», его в устной | учения, принятие и освое- |  |
| правила по- | форме. | ние социальной роли |  |
| движной игры | *Регулятивные:* самостоятельно вы- | обучающегося, развитие |  |
| «Ловля обезьян» | делять и формулировать познава- | этических чувств, доб- |  |
|  | тельные цели. | рожелательности и эмо- |  |
|  | *Познавательные:* выполнять различ- | ционально-нравственной |  |
|  | ные варианты висов, играть в по- | отзывчивости, сочувствия |  |
|  | движную игру «Ловля Обезьян» | другим людям |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:* с** Достаточной | Развитие этических |  |
| лазать по гим- | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  |
| настической | свои мысли в соответствии с задача- | сти и эмоционально-нрав- |  |
| стенке, технику | ми и условиями коммуникации. | ственной отзывчивости, |  |
| выполнения | *Регулятивные:* определять новый | сочувствия другим людям. |  |
| виса завесом | уровень отношения к самоМу себе | развитие самостоятельно- |  |
| одной и двумя | как субъекту деятельности, сохра- | сти и личной ответствен- |  |
| ногами, прави- | нять заданную цель. | ности за свои поступки |  |
| ла подвижной | *Познавательные:* лазат», По гимна- | на основе представлений |  |
| игры «Ловля | стической стенке, висеть завесом | о нравственных нормах, |  |
| обезьян с мя- | одной и двумя ногами, играть в по- | социальной справедливо- |  |
| чом» | движную игру «Ловля Обезьян с мя­чом» | сти и свободе |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:* представлять** | Развитие самостоятельно- |  |
| ходить станции | конкретное содержание и сообщать | сти и личной ответствен- |  |
| круговой трени- | его в устной форме, устанавливать | ности за свои поступки |  |
| ровки, правила | рабочие отношения. | на основе представлений |  |
| подвижной | *Регулятивные:* адекватно оценивать | о нравственных нормах, |  |
| игры «Удочка» | свои действия и действия партне- | социальной справедли- |  |
|  | ров, видеть ошибку и Исправлять ее | вости и свободе, фор- |  |
|  | по указанию взрослого. | мирование эстетических |  |
|  | *Познавательные:* проходить станции | потребностей, ценностей |  |
|  | круговой тренировки, играть в по- | и чувств, развитие на- |  |
|  | движную игру «Удочка» | выков сотрудничества |  |
|  |  | со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях |  |
| Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** слу-ть **и** слы- | Развитие самостоятельно- |  |
| полнять прыжки | шать друг друга и учителя, уметь | сти и личной ответствен- |  |
| со скакалкой | работать в группе. | ности за свои поступки |  |
| и в скакалку. | *Регулятивные:* осуществлять дейст- | на основе представлений |  |
| правила по- | вие по образцу и заданному правилу, | о нравственных нормах, |  |
| движной игры | сохранять заданную цеЛь. | социальной справедливо- |  |
| «Горячая линия» | *Познавательные:* прыгать со скакал- | сти и свободе, фор- |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |
| 40 | 11.12 |  | Прыжки в скакалку в тройках  Урок по­вторения и закреп­ления изучен­ного ма­териала | Разминка со скакалка­ми, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия» |
| 41 | 12.12 |  | Лазанье по канату в два прие­ма  Комби­нирован­ный | Разминка со скакалка­ми, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен» |
| 42 | 13.12 |  | Круговая трениров­ка  Комби­нирован­ный | Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра «Игра в мяч с фигурами» |
| 43 | 18.12 |  | Упраж­нения на гимна­стическом бревне  Комби­нирован­ный | Разминка на гимна­стических скамейках, упражнения на гим­настическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | кой и в скакалку, играть в подвиж- | мирование эстетических |  |
|  | ную игру «Горячая линия» | потребностей, ценностей и чувств |  |
| Знать техни- | ***Коммуникативные:*** слушать и слы- | Развитие этических |  |
| ку выполне- | шать друг друга и учителя, уметь | чувств, доброжелатель- |  |
| ния прыжков | работать в группе. | ности и эмоционально- |  |
| в скакалку | ***Регулятивные:*** осознавать самого | нравственной отзывчи- |  |
| самостоятельно | себя как движущую силу своего | вости, сочувствия другим |  |
| и в тройках, | научения, свою способность к пре- | людям, развитие навыков |  |
| правила по- | одолению препятствий и самокор- | сотрудничества со сверст- |  |
| движной игры | рекции. | никами и взрослыми |  |
| «Горячая ли- | ***Познавательные:*** прыгать в скакалку | в разных социальных си- |  |
| ния» | самостоятельно и в тройках, играть | туациях, умений не созда- |  |
|  | в подвижную игру «Горячая линия» | вать конфликты и нахо­дить выходы из спорных ситуаций |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие мотивов учебной |  |
| лазанья по ка- | конкретное содержание и сообщать | деятельности и осозна- |  |
| нату в два и три | его в устной форме, добывать недо- | ние личностного смысла |  |
| приема, прыж- | стающую информацию с помощью | учения, принятие и освое- |  |
| ков в скакалку | вопросов. | ние социальной роли |  |
| в тройках, пра- | ***Регулятивные:*** определять новый | обучающегося, развитие |  |
| вила подвижной | уровень отношения к самому себе | этических чувств, доб- |  |
| игры «Будь | как субъекту деятельности. | рожелательности и эмо- |  |
| осторожен» | ***Познавательные:*** залезать по канату | ционально-нравственной |  |
|  | в два и три приема, прыгать в ска- | отзывчивости, сочувствия |  |
|  | калку в тройках, играть в подвиж­ную игру «Будь осторожен» | другим людям |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие самостоятельно- |  |
| ходить станции | конкретное содержание и сообщать | сти и личной ответствен- |  |
| круговой трени- | его в устной форме, слушать и слы- | ности за свои поступки |  |
| ровки, правила | шать друг друга. | на основе представлений |  |
| подвижной | ***Регулятивные:*** самостоятельно вы- | о нравственных нормах, |  |
| игры «Игра | делять и формулировать познава- | социальной справедли- |  |
| в мяч с фигура- | тельные цели, сохранять заданную | вости и свободе, фор- |  |
| ми» | цель. | мирование эстетических |  |
|  | *Познавательные:* проходить станции | потребностей, ценностей |  |
|  | круговой тренировки, играть в по- | и чувств, развитие на- |  |
|  | движную игру «Игра в мяч с фигу- | выков сотрудничества |  |
|  | рами» | со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях |  |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие мотивов учебной |  |
| упражнения | конкретное содержание и сообщать | деятельности и осознание |  |
| на гимнастиче- | его в устной форме, добывать недо- | личностного смысла уче- |  |
| ском бревне су- | стающую информацию с помощью | ния, принятие и освоение |  |
| ществуют, пра- | вопросов. | социальной роли обучаю- |  |
| вила подвижной | ***Регулятивные:*** контролировать | щегося, формирование |  |
| игры «Салки | свою деятельность по результату, | эстетических потребно- |  |
| и мяч» | осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять упраж­нения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч» | стей, ценностей и чувств |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |
| 44 | 19.12 |  | Упраж­нения на гимна­стических кольцах  Урок по­вторения и закреп­ления изучен­ного ма­териала | Разминка на ска­мейках, упражнения на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» |  |
| 45 | 20.12 |  | Махи на гимна­стических кольцах  Комби­нирован­ный | Разминка с резино­выми кольцами, махи и выкрут на гимна­стических кольцах, подвижная игра «Ло­вишка с мешочком на голове» |  |
| 46 | 25.12 |  | Круговая трениров­ка  Комби­нирован­ный | Разминка с резино­выми кольцами, махи и выкрут на гимнасти­ческих кольцах, лазанье по наклонной гимна­стической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ло­вишка с мешочком на голове» |  |
| 47 | 26.12 |  | Вращение обруча  Комби­нирован­ный | Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра «Катание колеса» |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать комби- | *Коммуникативные:* обеспечивать | Развитие мотивов учебной |  |
| нацию на гим- | бесконфликтную совместную рабо- | деятельности и осозна- |  |
| настических | ту. | ние личностного смысла |  |
| кольцах, какие | *Регулятивные:* определять новый | учения, развитие само- |  |
| упражнения | уровень отношения к самому себе | стоятельности и личной |  |
| на гимнастиче- | как субъекту деятельности. | ответственности за свои |  |
| ском бревне су- | *Познавательные:* выполнять упраж- | поступки на основе пред- |  |
| ществуют, пра- | нения на гимнастических кольцах | ставлений о нравствен- |  |
| вила подвижной | и гимнастическом бревне, играть | ных нормах, социальной |  |
| игры «Салки | в подвижную игру «Салки и мяч» | справедливости и свободе, |  |
| и мяч» |  | формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |  |
| Знать, как | *Коммуникативные:* эффективно | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнять | сотрудничать и способствовать | деятельности и осознание |  |
| махи и выкрут | продуктивной кооперации, слушать | личностного смысла уче- |  |
| на гимнастиче- | и слышать друг друга и учителя. | ния, принятие и освоение |  |
| ских кольцах, | *Регулятивные:* осуществлять дейст- | социальной роли обучаю- |  |
| правила по- | вие по образцу и заданному правилу. | щегося, формирование |  |
| движной игры | *Познавательные:* выполнять махи | эстетических потребно- |  |
| «Ловишка с ме- | и выкрут на кольцах, играть в по- | стей, ценностей и чувств, |  |
| шочком на го- | движную игру «Ловишка с мешоч- | развитие этических чувств, |  |
| лове» | ком на голове» | доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости |  |
| Знать, как | *Коммуникативные:* эффективно | Развитие этических |  |
| выполнять | сотрудничать и способствовать | чувств, доброжелательно- |  |
| махи и выкрут | продуктивной кооперации, слушать | сти и эмоционально-нрав- |  |
| на гимнастиче- | и слышать друг друга и учителя. | ственной отзывчивости, |  |
| ских кольцах, | *Регулятивные:* сохранять заданную | сочувствия другим людям, |  |
| варианты лаза- | цель, видеть ошибку и исправлять ее | развитие самостоятельно- |  |
| нья по наклон- | по указанию взрослого. | сти и личной ответствен- |  |
| ной гимнастиче- | *Познавательные:* выполнять махи | ности за свои поступки |  |
| ской скамейке, | и выкрут на кольцах, лазать по на- | на основе представлений |  |
| как проходить | клонной гимнастической скамейке, | о нравственных нормах, |  |
| станции круго- | проходить станции круговой тре- | социальной справедли- |  |
| вой тренировки, | нировки, играть в подвижную игру | вости и свободе, фор- |  |
| правила по- | «Ловишка с мешочком на голове» | мирование эстетических |  |
| движной игры |  | потребностей, ценностей |  |
| «Ловишка с ме- |  | и чувств |  |
| шочком на го- |  |  |  |
| лове» |  |  |  |
| Знать, какие | *Коммуникативные:* с достаточной | Принятие и освоение со- |  |
| варианты вра- | полнотой и точностью выражать | циальной роли обучающе- |  |
| щения обруча | свои мысли в соответствии с задача- | гося, развитие этических |  |
| существуют, | ми и условиями коммуникации. | чувств, доброжелательно- |  |
| правила по- | *Регулятивные:* осознавать самого | сти и эмоционально-нрав- |  |
| движной игры | себя как движущую силу своего | ственной отзывчивости, |  |
| «Катание ко- | научения, свою способность к пре- | сочувствия другим людям, |  |
| леса» | одолению препятствий и самокор- | развитие самостоятельно- |  |
|  | рекции. | сти и личной ответствен- |  |
|  | *Познавательные:* выполнять раз- | ности за свои поступки |  |
|  | личные варианты вращения обруча, | на основе представлений |  |
|  | играть в подвижную игру «Катание | о нравственных нормах, |  |
|  | колеса» | социальной справедливо­сти и свободе |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48 | 27.12 |  | Круговая трениров­ка  Урок по­вторения и закреп­ления изучен­ного ма­териала | Разминка с обручами, стойка на голове, стой­ка на руках, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса» |
|  | | | |  |
| 49  50 | 15.01  16.01 |  | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах без лыж­ных палок  Комби­нирован­ный | Организационно-мето­дические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и инвентарь, ступаю­щий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок |
| 51  52 | 17.01  22.1 |  | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах с лыжны­ми палка­ми  Комби­нирован­ный | Передвижение на лы­жах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты на лыжах переступа-нием |
| 53  54 | 23.1  24.1 |  | Попере­менный и одновре­менный двухшаж-ный ход на лыжах  Комби­нирован­ный | Попеременный и од­новременный двух-шажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** обеспечивать | Развитие мотивов учеб- |  |
| выполнения | бесконфликтную совместную рабо- | ной деятельности и осо- |  |
| стойки на го- | ту. | знание личностного |  |
| лове и руках, | ***Регулятивные:*** сохранять заданную | смысла учения, принятие |  |
| какие станции | цель, видеть ошибку и исправлять ее | и освоение социальной |  |
| круговой тре- | по указанию взрослого. | роли обучающегося, |  |
| нировки бы- | ***Познавательные:*** выполнять стойку | развитие доброжела- |  |
| вают, правила | на голове и руках, проходить стан- | тельности и эмоцио- |  |
| подвижной | ции круговой тренировки, играть | нально-нравственной |  |
| игры «Катание | в подвижную игру «Катание колеса» | отзывчивости, развитие |  |
| колеса» |  | самостоятельности и лич­ной ответственности за свои поступки на осно­ве представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе |  |
|  |  |  |  |
| Знать орга- | ***Коммуникативные:*** эффективно | Развитие мотивов учебной |  |
| низационно- | сотрудничать и способствовать про- | деятельности и осознание |  |
| методические | дуктивной кооперации, представ- | личностного смысла уче- |  |
| требования, | лять конкретное содержание и сооб- | ния, принятие и освоение |  |
| применяемые | щать его в устной форме. | социальной роли обучаю- |  |
| на уроках лыж- | ***Регулятивные:*** определять новый | щегося, развитие навыков |  |
| ной подготов- | уровень отношения к самому себе | сотрудничества со сверст- |  |
| ки, технику | как субъекту деятельности, находить | никами и взрослыми |  |
| передвижения | необходимую информацию. | в разных социальных си- |  |
| на лыжах | ***Познавательные:*** уметь подбирать | туациях |  |
| ступающим | лыжную форму и инвентарь, пе- |  |  |
| и скользящим | редвигаться на лыжах без лыжных |  |  |
| шагом без лыж- | палок ступающим и скользящим |  |  |
| ных палок | шагом |  |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Принятие и освоение со- |  |
| передвиже- | полнотой и точностью выражать | циальной роли обучающе- |  |
| ния на лыжах | свои мысли в соответствии с задача- | гося, развитие этических |  |
| ступающим | ми и условиями коммуникации. | чувств, доброжелательно- |  |
| и скользящим | ***Регулятивные:*** сохранять заданную | сти и эмоционально-нрав- |  |
| шагом с лыж- | цель, контролировать свою деятель- | ственной отзывчивости, |  |
| ными палками | ность по результату. | сочувствия другим людям |  |
| и без них, тех- | ***Познавательные:*** передвигаться |  |  |
| нику поворота | на лыжах ступающим и скользя- |  |  |
| переступанием | щим шагом с лыжными палками |  |  |
| на лыжах | и без них, поворачиваться на лыжах переступанием |  |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** обеспечивать | Развитие мотивов учеб- |  |
| выполнения | бесконфликтную совместную рабо- | ной деятельности и осо- |  |
| поперемен- | ту, слушать и слышать друг друга. | знание личностного |  |
| ного и одно- | ***Регулятивные:*** осуществлять дейст- | смысла учения, развитие |  |
| временного | вие по образцу и заданному правилу, | навыков сотрудни- |  |
| двухшажного | сохранять заданную цель. | чества со сверстниками |  |
| хода на лыжах, | ***Познавательные:*** поворачиваться | и взрослыми в разных |  |
| а также пово- | на лыжах прыжком, передвигаться | социальных ситуациях, |  |
| ротов на лыжах | попеременным и одновременным | формирование установки |  |
| прыжком | двухшажным ходом | на безопасный, здоровый образ жизни |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 55  56 | 29.1  30.1 |  | Попере­менный одношаж­ный ход на лыжах  Комби­нирован­ный | Попеременный и од­новременный двух-шажный ход на лыжах, попеременный одно­шажный ход на лыжах, правила обгона на лыж­не |
| 57  58 | 31.1  5.02 |  | Одновре­менный одношаж­ный ход на лыжах  Комби­нирован­ный | Лыжные ходы, одно­временный одношаж­ный ход на лыжах, обгон на лыжне |
| 59  60 | 6.02  7.02 |  | Подъем на склон «елочкой», «полу­елочкой» и спуск в основ­ной стойке на лыжах  Комби­нирован­ный | Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке |
| 61  62 | 12.2  13.2 |  | Подъем на склон «лесен­кой», тор­можение «плугом» на лыжах  Комби­нирован­ный | Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елоч­кой», спуск со склона в основной стойке, тор­можение «плугом» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Знать технику | ***Коммуникативные:*** обеспечивать | Развитие мотивов учебной |  |
|  | передвижения | бесконфликтную совместную рабо- | деятельности и осозна- |  |
|  | на лыжах попе- | ту, слушать и слышать друг друга. | ние личностного смысла |  |
|  | ременным и од- | *Регулятивные:* осуществлять дейст- | учения, развитие навыков |  |
|  | новременным | вие по образцу и заданному правилу, | сотрудничества со сверст- |  |
|  | двухшажным | сохранять заданную цель. | никами и взрослыми |  |
|  | ходом, попере- | ***Познавательные:*** передвигаться | в разных социальных си- |  |
|  | менным одно- | на лыжах попеременным и одно- | туациях, формирование |  |
|  | шажным ходом, | временным двухшажным ходом. | установки на безопасный, |  |
|  | правила обгона на лыжне | попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе | здоровый образ жизни |  |
|  | Знать различ- | ***Коммуникативные:*** обеспечивать | Развитие мотивов учеб- |  |
|  | ные варианты | бесконфликтную совместную рабо- | ной деятельности и осо- |  |
|  | передвижения | ту, слушать и слышать друг друга. | знание личностного |  |
|  | на лыжах, пра- | *Регулятивные:* осуществлять дейст- | смысла учения, принятие |  |
|  | вила обгона | вие по образцу и заданному правилу, | и освоение социальной |  |
|  | на лыжне | сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** передвигаться на лыжах различными ходами, обго­нять на лыжной трассе | роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |
|  | Знать, как | ***Коммуникативные:*** слушать **и** слы- | Развитие мотивов учебной |  |
|  | передвигать- | шать друг друга и учителя, представ- | деятельности и осознание |  |
|  | ся на лыжах, | лять конкретное содержание и сооб- | личностного смысла уче- |  |
|  | подниматься | щать его в устной форме. | ния, развитие этических |  |
|  | на склон «елоч- | *Регулятивные:* самостоятельно вы- | чувств, сочувствия другим |  |
|  | кой» и «по- | делять и формулировать познава- | людям, развитие само- |  |
|  | луелочкой», | тельные цели, сохранять заданную | стоятельности и личной |  |
|  | спускаться | цель. | ответственности за свои |  |
|  | со склона в ос- | ***Познавательные:*** передвигаться | поступки на основе пред- |  |
|  | новной стойке | на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой»,спу­скаться со склона в основной стойке | ставлении о нравствен­ных нормах,социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни |  |
|  | Знать технику | ***Коммуникативные:* добывать недо-** | Развитие мотивов учебной |  |
|  | выполнения | стающую информацию с помощью | деятельности и осознание |  |
|  | лыжных ходов, | вопросов, слушать и слышать друг | личностного смысла уче- |  |
|  | технику подъе- | друга и учителя. | ния, развитие этических |  |
|  | ма на склон | *Регулятивные:* самостоятельно вы- | чувств, сочувствия другим |  |
|  | «лесенкой», | делять и формулировать познава- | людям, развитие само- |  |
|  | «полуелочкой», | тельные цели. | стоятельности и личной |  |
|  | «елочкой», | ***Познавательные:* кататься на лы-** | ответственности за свои |  |
|  | технику спуска | жах, применяя различные ходы, | поступки на основе пред- |  |
|  | в основной | спускаться со склона в основной | ставлений о нравствен- |  |
|  | стойке и тормо- | стойке, подниматься на склон «ле- | ных нормах, социальной |  |
|  | жения «плугом» | сенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом» | справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |
| 63  64 | 14.2  19.2 |  | Передви­жение и спуск на лыжах «змейкой»  Комби­нирован­ный | Лыжные ходы, подъе­мы на склон и спуски со склона, торможе­ние «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой» |  |
| 65  66 | 20.2  21.2 |  | Подвиж­ная игра на лыжах «Накаты»  Комби­нирован­ный | Передвижение на лы­жах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой», подвижная игра «На­каты» |  |
| 67 | 26.2 |  | Подвиж­ная игра на лыжах «Подними  предмет»  Комби­нирован­ный | Спуск со склона в низ­кой стойке, подвижная игра на лыжах «Нака­ты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет» |  |
| 68 | 27.2 |  | Прохо­ждение дистан­ции 2 км на лыжах  Комби­нирован­ный | Прохождение дистан­ции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободное ка­тание |  |
| 69 | 28.2 |  | Контроль­ный урок по лыжной подготовке | Лыжные ходы, пере­движение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать технику  выполнения  лыжных хо-  дов, подъема  на склон и спу-  ска со склона;  торможения  «плугом», спу-  ска со склона  «змейкой» | *Коммуникативные:* с достаточной  полнотой и точностью выражать  свои мысли в соответствии с задача-  ми и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* видеть ошибку и ис-  правлять ее по указанию взрослого.  *Познавательные:* передвигаться  на лыжах, спускаться со склона  и подниматься на склон, тормозить  «плутом», спускаться со склона  «змейкой» | Развитие этических  чувств, доброжелательно-  сти и эмоционально-нрав-  ственной отзывчивости,  умений не создавать кон-  фликты и находить выхо-  ды из спорных ситуаций,  развитие самостоятельно-  сти и личной ответствен-  ности за свои поступки  на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
| Знать, как пе-  редвигаться  на лыжах «змей-  кой», как спу-  скаться со скло-  на «змейкой»,  правила по-  движной игры  «Накаты» | *Коммуникативные:* добывать недо-  стающую информацию с помощью  вопросов, слушать и слышать друг  друга и учителя.  *Регулятивные:* контролировать свою  деятельность по результату, сохра-  нять заданную цель.  *Познавательные:* передвигаться  на лыжах «змейкой», спускаться  со склона «змейкой», играть в по-  движную игру «Накаты» | Развитие этических  чувств, доброжелательно-  сти и эмоционально-нрав-  ственной отзывчивости,  умений не создавать кон-  фликты и находить выхо-  ды из спорных ситуаций,  развитие самостоятельно-  сти и личной ответствен-  ности за свои поступки  на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |  |
| Знать технику  спуска со скло-  на в низкой  стойке, правила  подвижных игр  на лыжах «На-  каты» и «Под-  ними предмет» | *Коммуникативные:* добывать недо-  стающую информацию с помощью  вопросов, слушать и слышать друг  друга и учителя.  *Регулятивные:* осознавать самого  себя как движущую силу своего  научения, свою способность к пре-  одолению препятствий и самокор-  рекции.  *Познавательные:* спускаться со скло-  на в низкой стойке, играть в по-  движные игры «Накаты» и «Подни­ми предмет» | Развитие мотивов учебной  деятельности и осознание  личностного смысла уче-  ния, принятие и освоение  социальной роли обучаю-  щегося, развитие само-  стоятельности и личной  ответственности за свои  поступки на основе пред-  ставлений о нравственных  нормах, социальной спра-  ведливости и свободе |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Знать, как рас-  пределять силы  для прохожде-  ния дистанции  2 км на лыжах,  технику спуска  со склона в низ-  кой стойке | *Коммуникативные:* устанавливать  рабочие отношения, содействовать  сверстникам в достижении цели.  *Регулятивные:* самостоятельно вы-  делять и формулировать познава-  тельные цели, сохранять заданную  цель.  *Познавательные:* проходить ди-  станцию 2 км, спускаться со склона  в низкой стойке | Развитие этических  чувств, доброжелательно-  сти и эмоционально-нрав-  ственной отзывчивости,  развитие самостоятельно-  сти и личной ответствен-  ности за свои поступки  на основе представлений  о нравственных нормах,  социальной справедливо­сти и свободе |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |  |
|  |  |
| Знать, как пе-  редвигаться  на лыжах раз-  личными | *Коммуникативные:* эффективно  сотрудничать и способствовать про-  дуктивной кооперации, устанавли-  вать рабочие отношения. | Развитие этических  чувств, доброжелательно-  сти и эмоционально-нрав-  ственной отзывчивости, |  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I** | **2** | **3** | *4* |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | | |  |  |  |
| **70** | 5.03 |  | Передви­жение и спуск на лыжах «змейкой»  Комби­нирован­ный | Лыжные ходы, подъе­мы на склон и спуски со склона, торможе­ние «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой» |  |
| **71** | 6.03 |  | Подвиж­ная игра на лыжах «Подними  предмет»  Комби­нирован­ный | Спуск со склона в низ­кой стойке, подвижная игра на лыжах «Нака­ты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет» |  |
| **72** | 7.03 |  | Подъем на склон «лесен­кой», тор­можение «плугом» на лыжах  Комби­нирован­ный | Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елоч­кой», спуск со склона в основной стойке, тор­можение «плугом» |  |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| ходами, пе- | *Регулятивные:* самостоятельно вы- | развитие самостоятельно- |  |  |
| редвигаться | делять и формулировать познава- | сти и личной ответствен- |  |  |
| на лыжах «змей- | тельные цели, адекватно понимать | ности за свои поступки |  |  |
| кой», подни- | оценку взрослого. | на основе представлений |  |  |
| маться на склон | *Познавательные:* передвигаться | о нравственных нормах, |  |  |
| «лесенкой», | на лыжах, передвигаться на лыжах | социальной справедливо- |  |  |
| спускаться | «змейкой», подниматься на склон | сти и свободе | . |  |
| со склона в низ- | «лесенкой», спускаться со склона |  |  |  |
| кой стойке, | в низкой стойке, тормозить «плу- |  |  |  |
| тормозить «плу- | гом», спускаться со склона с упраж- |  |  |  |
| гом», спускать- | нением «Подними предмет» . |  |  |  |
| ся со склона |  |  |  |  |
| с упражнением |  |  |  |  |
| «Подними |  |  |  |  |
| предмет» |  |  |  |  |
| Знать, как пе-  редвигаться  на лыжах «змей-  кой», как спу-  скаться со скло-  на «змейкой»,  правила по-  движной игры  «Накаты» |  |  |  |  |
| *Коммуникативные:* добывать недо-  стающую информацию с помощью  вопросов, слушать и слышать друг  друга и учителя.  *Регулятивные:* контролировать свою  деятельность по результату, сохра-  нять заданную цель.  *Познавательные:* передвигаться  на лыжах «змейкой», спускаться  со склона «змейкой», играть в по-  движную игру «Накаты» | Развитие этических  чувств, доброжелательно-  сти и эмоционально-нрав-  ственной отзывчивости,  умений не создавать кон-  фликты и находить выхо-  ды из спорных ситуаций,  развитие самостоятельно-  сти и личной ответствен-  ности за свои поступки  на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Знать технику  спуска со скло-  на в низкой  стойке, правила  подвижных игр  на лыжах «На-  каты» и «Под-  ними предмет» | *Коммуникативные:* добывать недо-  стающую информацию с помощью  вопросов, слушать и слышать друг  друга и учителя.  *Регулятивные:* осознавать самого  себя как движущую силу своего  научения, свою способность к пре-  одолению препятствий и самокор-  рекции.  *Познавательные:* спускаться со скло-  на в низкой стойке, играть в по-  движные игры «Накаты» и «Подни­ми предмет» | Развитие мотивов учебной  деятельности и осознание  личностного смысла уче-  ния, принятие и освоение  социальной роли обучаю-  щегося, развитие само-  стоятельности и личной  ответственности за свои  поступки на основе пред-  ставлений о нравственных  нормах, социальной спра-  ведливости и свободе |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Знать технику подьема на склон | *Коммуникативные:* с достаточной  полнотой и точностью выражать  свои мысли в соответствии с задача-  ми и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* видеть ошибку и ис-  правлять ее по указанию взрослого.  *Познавательные:* передвигаться  на лыжах, спускаться со склона  и подниматься на склон, тормозить  «плутом», спускаться со склона  «змейкой» | Развитие этических  чувств, доброжелательно-  сти и эмоционально-нрав-  ственной отзывчивости,  умений не создавать кон-  фликты и находить выхо-  ды из спорных ситуаций,  развитие самостоятельно-  сти и личной ответствен-  ности за свои поступки  на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | | | 5 | |  |
|  |  |  |  | | |  | |  |
| 73 | 12.3 |  | Прыжок в высоту с прямого разбега  Комби­нирован­ный | | | Разминка с гимнасти­ческими скамейками, прыжок в высоту с пря­мого разбега, подвиж­ная игра «Вышибалы с кеглями\* | |  |
| 74 | 13.3 |  | Прыжок в высоту способом «переша­гивание»  Комби­нирован­ный | | | Разминка со скамейка­ми, прыжок в высоту с прямого разбега, пры­жок в высоту способом «перешагивание», по­движная Игра «Выши­балы с ранением» | |  |
|  | | | |  |  | |  | |
| **75** | 14.3 |  | Физкульт­минутка  Комби­нирован­ный | | | Физкультминутка, раз­минка с включением упражнений из физ­культминуток, прыжок я *высоту способом* «-пе­решагивание», подвиж­ная игра «Вышибалы с ранением» | |  |
|  | | | | | |  | |  |
| 76 | 19.3 |  | Зна­комство  с опорным прыжком  Комби­нирован­ный | | | Прыжок в высоту спи­ной вперед, прыжок в высоту способом «пе­решагивание», прыжок в высоту спиной впе­ред, опорный прыжок, подвижная и фа «Ло-вишка на хопах» | |  |
|  |  |  |  | | |  | |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| для опорного | в новые виды деятельности. | этических чувств, доб- |  |
| прыжка, прави- | *Познавательные:* преодолевать | рожелательности и эмо- |  |
| ла подвижной | усложненную полосу препятствий, | ционально-нравственной |  |
| игры «Удочка» | выполнять упражнения, подготавли- | отзывчивости, сочувствия |  |
|  | вающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка» | другим людям |  |
| Знать технику | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | полнотой и точностью выражать | деятельности и осознание |  |
| прыжка в вы- | свои мысли в соответствии с задача- | личностного смысла уче- |  |
| соту с прямого | ми и условиями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |
| разбега, прави- | *Регулятивные:* видеть ошибку и ис- | социальной роли обучаю- |  |
| ла подвижной | правлять ее по указанию взрослого, | щегося, развитие навыков |  |
| игры «Вышиба- | сохранять заданную цель. | сотрудничества со сверст- |  |
| лы с кеглями» | *Познавательные:* прыгать в высоту | никами и взрослыми |  |
|  | с прямого разбега, играть в подвиж- | в разных социальных си- |  |
|  | ную игру «Вышибалы с кеглями» | туациях |  |
| Знать технику | *Коммуникативные:* представлять | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | конкретное содержание и способ- | деятельности и осознание |  |
| прыжка в вы- | ствовать продуктивной кооперации, | личностного смысла уче- |  |
| соту с прямого | добывать недостающую информа- | ния, принятие и освоение |  |
| разбега и спосо- | цию с помощью вопросов. | социальной роли обучаю- |  |
| бом «перешаги- | *Регулятивные:* осуществлять дейст- | щегося, развитие навыков |  |
| вание», правила | вие по образцу и заданному правилу, | сотрудничества со сверст- |  |
| подвижной | *сохранять заданную цель.* | никами и *взрослыми* |  |
| игры «Вышиба- | *Познавательные:* выполнять прыжок | в разных социальных си- |  |
| лы с ранением» | в высоту с прямого разбега и спо­собом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ра­нением» | туациях |  |
|  |  |  |  |
| Знать, что такое | *Коммуникативные:* владеть моно- | Развитие мотивов учебной |  |
| физкультми- | логической и диалектической фор- | деятельности и осозна- |  |
| нутки, технику | мами речи в соответствии с грам- | ние личностного смысла |  |
| выполнения | матическими и синтаксическими | учения, принятие и освое- |  |
| прыжка в вы- | нормами родного языка. | ние социальной роли |  |
| соту способом | *Регулятивные:* осознавать самого себя | обучающегося, *развитие* |  |
| «перешагива- | как движущую силу своего научения. | этических чувств, доб- |  |
| ние», правила | свою способность к преодолению | рожелательности и эмо- |  |
| подвижной | препятствий и самокоррекции. | ционально-нравственной |  |
| игры «Вышиба- | *Познавательные:* уметь выполнять | отзывчивости, сочувствия |  |
| лы с ранением» | физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ра­нением» | другим людям |  |
|  |  |  | *\** |
| Знать технику | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | полнотой и точностью выражать | деятельности и осозна- |  |
| прыжка в вы- | свои мысли в соответствии с задача- | ние личностного смысла |  |
| соту способом | ми и условиями коммуникации. | учения, принятие и освое- |  |
| «перешагива- | *Регулятивные:* определять новый | ние социальной роли |  |
| ние» и спиной | уровень отношения к самому себе | обучающегося, развитие |  |
| вперед, опорно- | как субъекту деятельности, сохра- | этических чувств, доб- |  |
| го прыжка, пра- | нять заданную цель. | рожелательности и эмо- |  |
| вила подвижной | *Познавательные:* выполнять прыжок | ционально-нравственной |  |
| игры «Ловишка | в высоту способом «перешагива- | отзывчивости, сочувствия |  |
| на хопах» | ние», спиной вперед, опорный | другим людям, разви- |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | **2** | **3** | **4** | 5 |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 77 | 20.3 |  | Опорный прыжок  Комби­нирован­ный | Разминки с включен­ными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, по­движная игра «Ловиш­ка на хопах» |  |
| 78 | 21.3 |  | Контроль­ный урок по опор­ному прыжку  Кон­трольный | Разминка с включен­ными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, по­движная игра |  |
|  | |  | |  |  |
| 79 | 2.04 |  | Броски мяча через волейболь­ную сетку  Комби­нирован­ный | Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вы­шибалы через сетку» |  |
| 80 | 3.04 |  | Подвиж­ная игра «Пионер­бол»  Урок по­вторения | Разминка с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча, подвиж­ная игра «Пионербол» |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 6 | 7 | 8 | 8 |  |
|  |  | прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах» | тие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |  |
|  | Знать технику | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |  |
|  | выполнения | полнотой и точностью выражать | деятельности и осозна- |  |  |
|  | опорного | свои мысли в соответствии с задача- | ние личностного смысла |  |  |
|  | прыжка, прави- | ми и условиями коммуникации. | учения, принятие и освое- |  |  |
|  | ла подвижной | *Регулятивные:* осуществлять дейст- | ние социальной роли |  |  |
|  | игры «Ловишка | вие по образцу и заданному прави- | обучающегося, развитие |  |  |
|  | на хопах» | лу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. *Познавательные:* выполнять опор­ный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах» | этических чувств, доб­рожелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формиро­вание установки на без­опасный, здоровый образ жизни |  |  |
|  | Знать технику | *Коммуникативные:* слушать и слы- | Развитие этических |  |  |
|  | выполнения | шать друг друга и учителя, устанав- | чувств, доброжелательно- |  |  |
|  | опорного прыж- | ливать рабочие отношения. | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
|  | ка, правила | *Регулятивные:* самостоятельно вы- | ственной отзывчивости, |  |  |
|  | выбранной по- | делять и формулировать познава- | сочувствия другим людям, |  |  |
|  | движной игры | тельные цели.  *Познавательные:* выполнять опор­ный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее | развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать кон­фликты и находить выхо- |  |  |
|  |  |  | ды из спорных ситуаций |  |  |
| **0** | Знать технику | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие мотивов учебной | *.*: |  |
|  | выполнения | полнотой и точностью выражать | деятельности и осознание |  |  |
|  | *броска мяча* че- | свои мысли в *соответствии с* задача- | личностного смысла уче- |  |  |
|  | рез волейболь- | ми и условиями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |  |
|  | ную сетку, пра- | *Регулятивные:* контролировать свою | социальной роли обучаю- |  |  |
|  | вила подвижной | деятельность по результату, адекват- | щегося, развитие доброже- |  |  |
|  | игры «Вышиба- | но оценивать свои действия и дейст- | лательности, сочувствия |  |  |
|  | лы через сетку» | вия партнеров.  *Познавательные:* бросать мяч через волейбольную сетку, играть в по­движную игру «Вышибалы через сетку» | другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умений не создавать конфликты |  |  |
|  | Знать технику | *Коммуникативные:* устанавливать | Развитие мотивов учебной |  |  |
|  | выполнения | рабочие отношения, эффективно | деятельности и осозна- |  |  |
|  | бросков мяча | сотрудничать и способствовать про- | ние личностного смысла |  |  |
|  | через сетку, | дуктивной кооперации. | учения, развитие доб- |  |  |
|  | варианты ловли | *Регулятивные:* осознавать самого | рожелательности и эмо- |  |  |
|  | мяча, правила | себя как движущую силу своего | ционально-нравственной |  |  |
|  | подвижной | научения, свою способность к пре- | отзывчивости, развитие |  |  |
|  | игры «Пионер- | одолению препятствий и самокор- | навыков сотрудничества |  |  |
|  | бол» | рекции. | со сверстниками, умений |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **81** | 4.04 |  | Упражне­ния с мя­чом  Комби­нирован­ный | Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол» |  |
| **82** | 9.04 |  | Волей­больные упражне­ния  Комби­нирован­ный | Разминка с мячом, волейбольные упраж­нения, подвижная игра «Пионербол» |  |
| **83** | 10.4 |  | Контроль­ный урок по волей­болу | Разминка с мячом в движении,умения из области волейбола, подвижная игра «Пио­нербол» |  |
| **тая атлетика** | | |  | i , .- |  |
|  | | |  |  |  |
| 84 | 11.4 |  | Броски набивно­го мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы»  Комби­нирован­ный | Разминка с набивным мячом, бросок набив­ного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», по­движная игра «Точно в цель» |  |
| 85 | 16.4 |  | Броски набивного мяча пра- | Разминка с набивным мячом, бросок набив­ного мяча правой и ле- |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | **7** | 8 | 9 |
|  | ***Познавательные:*** бросать мяч через | не создавать конфлик- |  |
|  | волейбольную сетку и ловить его, иг- | ты и находить выходы |  |
|  | рать в подвижную игру «Пионербол» | из спорных ситуаций |  |
| Знать различ- | ***Коммуникативные:*** устанавливать | Развитие мотивов учебной |  |
| ные варианты | рабочие отношения, управлять по- | деятельности и осозна- |  |
| волейбольных | ведением партнера. | ние личностного смысла |  |
| упражнений | ***Регулятивные:*** осуществлять дейст- | учения, принятие и освое- |  |
| в парах, прави- | вие по образцу **и** заданному правилу, | ние социальной роли |  |
| ла подвижной | контролировать свою деятельность | обучающегося, развитие |  |
| игры «Пионер- | по результату. | этических чувств, доб- |  |
| бол» | ***Познавательные:*** выполнять упраж- | рожелательности и эмо- |  |
|  | нения с мячами в парах, играть в по- | ционально-нравственной |  |
|  | движную игру «Пионербол» | отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях |  |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** слушать и слы- | Развитие мотивов учебной |  |
| волейбольные | шать друг друга и учителя, устанав- | деятельности и осознание |  |
| упражнения | ливать рабочие отношения. | личностного смысла уче- |  |
| бывают, прави- | *Регулятивные:* сотрудничать в сов- | ния, принятие и освоение |  |
| ла подвижной | местном решении задач. | социальной роли обучаю- |  |
| игры «Пионер- | ***Познавательные:*** выполнять во- | щегося, развитие навыков |  |
| бол» | лейбольные упражнения, играть | сотрудничества со сверст- |  |
|  | в «Пионербол» | никами |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических |  |
| выполнения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелатель- |  |
| волейбольных | свои мысли в соответствии с задача- | ности, сочувствия другим |  |
| упражнений, | ми и условиями коммуникации. | людям, развитие само- |  |
| правила по- | *Регулятивные:* адекватно понимать | стоятельности и личной |  |
| движной игры | оценку взрослого и сверстника, | ответственности, развитие |  |
| «Пионербол» | адекватно оценивать свои действия | навыков сотрудничества |  |
|  | и действия партнера. | со сверстниками и взрос- |  |
|  | ***Познавательные:*** применять уме- | лыми в разных социаль- |  |
|  | ния и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | ных ситуациях |  |
|  |  |  |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** эффективно | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | сотрудничать и способствовать | деятельности и осознание |  |
| броска набив- | продуктивной кооперации, слушать | личностного смысла уче- |  |
| ного мяча спо- | и слышать учителя и друг друга. | ния, принятие и освоение |  |
| собами «от гру- | *Регулятивные:* осознавать самого | социальной роли обучаю- |  |
| ди», «снизу», | себя как движущую силу своего | щегося, развитие само- |  |
| «из-за головы», | научения, свою способность к пре- | стоятельности и личной |  |
| правила по- | одолению препятствий и самокор- | ответственности за свои |  |
| движной игры | рекции. | поступки на основе пред- |  |
| «Точно в цель» | *Познавательные:* бросать набивной | ставлений о нравственных |  |
|  | мяч способами «от груди», «снизу», | нормах, социальной спра- |  |
|  | «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель» | ведливости и свободе |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | конкретное содержание и сообщать | деятельности и осознание |  |
| броска на- | его в устной форме, устанавливать | личностного смысла уче- |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | 3 | **4** | 5 | | | |
|  |  |  | Правой и ле­вой рукой  прохожения из­ученного  мате­риала | вой рукой, подвижная игра «Точно в цель» | | | |
|  | | | |  | | |
| 86 | 17.4 |  | Тестиро­вание виса на время  Кон­трольный | Разминка с гимнасти­ческими палками, те­стирование виса на вре­мя, подвижная игра «Борьба за мяч» | | | |
| 87 | 18.4 |  | Тести­рование наклона из положе­ния стоя  Кон­трольный | Разминка с гимна­стическими палками, спортивная игра «Ганд­бол», тестирование наклона из положения стоя | | | |
|  |  |  | | |  | | |
| 88 | 23.4 |  | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места  Кон­трольный | Разминка, направ­ленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спор­тивная игра «Гандбол» | | | |
|  | | |  | | |  | |
| 89 | 24.4 |  | Кчтиро-вание под­тягиваний и отжима­ний  Кон­трольный | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений, тестирование подтя­гиваний и отжиманий, спортивная игра «Ганд­бол» | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| бивного мяча | рабочие отношения. | ния, принятие и освоение |  |  |
| правой и левой | *Регулятивные: осуществлять* дейст- | социальной роли обучаю- |  |  |
| рукой,прави- | вие по образцу и заданному правилу, | щегося, развитие само- |  |  |
| ла подвижной | сохранять заданную цель. | стоятельности и личной |  |  |
| игры «Точно- | *Познавательные:* бросать набивной | ответственности за свои |  |  |
| в цель» | мяч правой и левой рукой, играть | поступки на основе пред- |  |  |
|  | в подвижную игру «Точно в цель» | ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |  |
|  |  |  | |  |
| Знать правила | *Коммуникативные:* добывать недо- | Развитие этических |  |  |
| проведения те- | стающую информацию с помощью | чувств, доброжелательно- |  |  |
| стирования виса | вопросов. | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
| на время, пра- | *Регулятивные:* адекватно понимать | ственной отзывчивости, |  |  |
| вила подвижной | оценку взрослого и сверстника, со- | сочувствия другим людям, |  |  |
| игры «Борьба | хранять заданную цель. | развитие самостоятельно- |  |  |
| за мяч» | *Познавательные:* проходить тести­рование виса на время, играть в по­движную игру «Борьба за мяч» | сти и личной ответствен­ности за еври *поступки* на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |  |  |
| Знать правила | *Коммуникативные:* добывать недо- | Развитие этических |  |  |
| проведения | стающую информацию с помощью | чувств, доброжелательно- |  |  |
| тестирования | вопросов, устанавливать рабочие | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
| наклона вперед | отношения. | ственной отзывчивости, |  |  |
| из положения | *Регулятивные:* адекватно понимать | сочувствия другим людям. |  |  |
| стоя, правила | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие самостоятельно- |  |  |
| спортивной | хранять заданную цель. | сти и личной ответствен- |  |  |
| игры «Гандбол» | *Познавательные:* проходить тести- | ности за свои поступки |  |  |
|  | рование наклона вперед из положе­ния стоя, играть в спортивную игру «Гандбол» | на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо- |  |  |
|  |  | сти и свободе |  |  |
|  |  |  |  |
| Знать правила | *Коммуникативные:* добывать недо- | Развитие этических |  |  |
| проведения | стающую информацию с помощью | чувств, доброжелательно- |  |  |
| тестирования | вопросов, устанавливать рабочие | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
| прыжка в длину | отношения. | ственной отзывчивости, |  |  |
| с места, прави- | *Регулятивные:* адекватно понимать | сочувствия другим людям, |  |  |
| ла спортивной | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие самостоятельно- |  |  |
| игры «Гандбол» | хранять заданную цель. *Познавательные:* проходить тести­рование прыжка в длину с места, иг­рать в спортивную игру «Гандбол» | сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо- |  |  |
|  |  | сти и свободе |  |  |
| 1  Знать правила | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие этических |  |  |
| проведения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  |  |
| тестирования | свои мысли в соответствии с зада- | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
| подтягиваний | чами и условиями коммуникации, | ственной отзывчивости, |  |  |
| и отжиманий, | слушать и слышать друг друга. | сочувствия другим людям, |  |  |
| правила спор- | *Регулятивные:* адекватно понимать | развитие самостоятельно- |  |  |
| тивной игры | оценку взрослого и сверстника, со- | сти и личной ответствен- |  |  |
| «Гандбол» | хранять заданную цель. | ности за свои поступки |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | 2 | 3 | **4** | 5 |
|  |  |  |  |  |
| **90** | 25.4 |  | Тести­рование подъема туловища из положе­ния лежа за 30 с  Кон­трольный | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортив­ная ифа «Баскетбол» |
| **91** | 2.05 |  | Баскет­больные упражне­ния  Комби­нирован­ный | Разминка с мячом, баскетбольные упраж­нения, броски мяча в баскетбольное коль­цо, спортивная ифа «Баскетбол» |
| **Легкая атлетика** | | | |  |
| 92 | 7.05 |  | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точ­ность  Кон­трольный | Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точ­ность, спортивная ифа «Баскетбол» |
| 93 | 8.05 |  | Спортив­ная ифа «Баскет­бол»  Комби­нирован­ный | Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо,спортивная Ифа «Баскетбол» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | **7** | 8 | 9 |
|  | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | на основе представлений |  |
|  | вание подтягиваний **и** отжиманий, | о нравственных нормах, |  |
|  | играть в спортивную игру «Гандбол» | социальной справедливо­сти и свободе |  |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических |  |
| проведения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  |
| тестирования | свои мысли в соответствии с зада- | сти и эмоционально-нрав- |  |
| подъема туло- | чами и условиями коммуникации, | ственной отзывчивости, |  |
| вища из по- | слушать и слышать друг друга. | сочувствия другим людям, |  |
| ложения лежа | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | развитие самостоятельно- |  |
| на спине за 30 с, | оценку взрослого и сверстника, со- | сти и личной ответствен- |  |
| правила спор- | хранять заданную цель. | ности за свои поступки |  |
| тивной игры | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | на основе представлений |  |
| «Баскетбол» | вание подъема туловища из положе- | о нравственных нормах, |  |
|  | ния лежа за 30 с, играть в спортив- | социальной справедливо- |  |
|  | ную игру «Баскетбол» | сти и свободе |  |
|  |  |  |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** устанавливать | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | рабочие отношения, уметь работать | деятельности и осознание |  |
| баскетбольных | в группе. | личностного смысла уче- |  |
| упражнений | *Регулятивные:* контролировать свою | ния, принятие и освоение |  |
| и бросков мяча | деятельность по результату, сохра- | социальной роли обучаю- |  |
| в баскетбольное | нять заданную цель. | щегося, развитие навыков |  |
| кольцо, прави- | ***Познавательные:*** выполнять баскет- | сотрудничества со сверст- |  |
| ла спортивной | больные упражнения, бросать мяч | никами и взрослыми |  |
| игры «Баскет- | в баскетбольное кольцо разными | в разных социальных |  |
| бол» | способами, играть в спортивную | ситуациях, формирование |  |
|  | игру «Баскетбол» | установки на безопасный образ жизни |  |
|  |  |  |  |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических |  |
| проведения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  |
| тестирования | свои мысли в соответствии с зада- | сти и эмоционально-нрав- |  |
| метания малого | чами и условиями коммуникации, | ственной отзывчивости, |  |
| мяча на точ- | слушать и слышать друг друга. | сочувствия другим людям, |  |
| ность, правила | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | развитие самостоятельно- |  |
| спортивной | оценку взрослого и сверстника, со- | сти и личной ответствен- |  |
| игры «Баскет- | хранять заданную цель. | ности за свои поступки |  |
| бол» | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | на основе представлений |  |
|  | вание метания малого мяча на точ- | о нравственных нормах, |  |
|  | ность, играть в спортивную игру | социальной справедливо- |  |
|  | «Баскетбол» | сти и свободе |  |
|  |  |  |  |
|  | ***Коммуникативные:*** эффективно | Развитие этических |  |
| выполнения | сотрудничать и способствовать про- | чувств, доброжелательно- |  |
| бросков мяча | дуктивной кооперации, устанавли- | сти и эмоционально-нрав- |  |
| в баскетбольное | вать рабочие отношения. | ственной отзывчивости, |  |
| кольцо, прави- | ***Регулятивные:*** адекватно оценивать | сочувствия другим людям, |  |
| ла спортивной | свои действия и действия партнеров, | развитие навыков сотруд- |  |
| игры «Баскет- | сохранять заданную цель. | ничества со сверстниками |  |
| бол» | ***Познавательные:*** бросать мяч в бас- | и взрослыми в разных |  |
|  | кетбольное кольцо различными спо- | социальных ситуациях, |  |
|  | собами, играть в спортивную игру | умений не создавать кон- |  |
|  | «Баскетбол» | фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 8 |  |
| **Легкая атлетика** | | | |  | |
| 94 | 14.5 |  | Беговые упражне­ния  Комби­нирован­ный | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Ко­мандные хвостики» |  |
| 95 | 15.5 |  | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта  Кон­трольный | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ножной мяч» |  |
| 96 | 16.5 |  | Тести­рование челноч­ного бега 3х 10м  Кон­трольный | Беговая разминка, те­стирование челночного бега 3 х 10 м, подвиж­ная и фа «Бросай дале­ко, собирай быстрее» |  |
| 97 | 21.5 |  | Тести­рование метания мешочка на даль­ность  Кон­трольный | Беговая разминка, те­стирование метания мешочка на дальность, подвижная и фа «Флаг на башне» |  |
|  |  | | |  |  |
| 98 | 22.5 |  | Футболь­ные уп­ражнения  Комби­нирован­ный | Разминка с мячами, футбольные упражне­ния, спортивная игра «Футбол» |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **6** | 7 | 8 | | 9 |
|  |  |  | |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** эффективно | Развитие мотивов учебной |  | |
| выполнения | сотрудничать и способствовать | деятельности и осознание |  | |
| беговых упраж- | продуктивной кооперации, слушать | личностного смысла уче- |  | |
| нений, правила | и слушать друг друга. | ния, принятие и освоение |  | |
| подвижной | ***Регулятивные:*** самостоятельно выде- | социальной роли обучаю- |  | |
| игры «Команд- | лять и формулировать познаватель- | щегося, развитие навыков |  | |
| ные хвостики» | ные цели, находить необходимую | сотрудничества со сверст- |  | |
|  | информацию. | никами и взрослыми в раз- |  | |
|  | ***Познавательные:*** выполнять беговые | ных социальных ситуаци- |  | |
|  | упражнения, играть в подвижную | ях, умений не создавать |  | |
|  | игру «Командные хвостики» | конфликты и находить вы­ходы из спорных ситуаций |  | |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие этических |  | |
| проведения те- | стающую информацию с помощью | чувств, доброжелательно- |  | |
| стирования бега | вопросов, слушать и слышать друг | сти и эмоционально-нрав- |  | |
| на 30 м с вы- | друга. | ственной отзывчивости, |  | |
| сокого старта, | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | сочувствия другим людям, |  | |
| правила по- | оценку взрослого и сверстника, со- | развитие самостоятельно- |  | |
| движной игры | хранять заданную цель. | сти и личной ответствен- |  | |
| «Ножной мяч» | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | ности за свои поступки |  | |
|  | вание бега на 30 м с высокого старта, | на основе представлений |  | |
|  | играть в подвижную игру «Ножной | о нравственных нормах, |  | |
|  | мяч» | социальной справедливо­сти и свободе |  | |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических чувств, |  | |
| проведения | полнотой и точностью выражать | доброжелательности и эмо- |  | |
| тестирования | свои мысли в соответствии с зада- | ционально-нравственной |  | |
| челночного бега | чами и условиями коммуникации, | отзывчивости, сочувствия |  | |
| 3 х Юме вы- | слушать и слышать друг друга. | другим людям, развитие са- |  | |
| сокого старта, | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | мостоятельности и личной |  | |
| правила по- | оценку взрослого и сверстника, со- | ответственности за свои |  | |
| движной игры | хранять заданную цель. | поступки на основе пред- |  | |
| «Бросай далеко, | ***Познавательные:*** проходить тести- | ставлений о нравствен- |  | |
| собирай быст- | рование челночного бега 3 х Юм, | ных нормах, социальной |  | |
| рее» | играть в подвижную игру «Бросай | справедливости и свободе, |  | |
|  | далеко, собирай быстрее» | формирование установки на безопасный образ жизни |  | |
| Знать правила | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических |  | |
| проведения | полнотой и точностью выражать | чувств, доброжелательно- |  | |
| тестирования | свои мысли в соответствии с зада- | сти и эмоционально-нрав- |  | |
| метания мешоч- | чами и условиями коммуникации, | ственной отзывчивости, |  | |
| ка на дальность; | слушать и слышать друг друга. | сочувствия другим людям, |  | |
| правила по- | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | развитие самостоятельно- |  | |
| движной игры | оценку взрослого и сверстника, со- | сти и личной ответствен- |  | |
| «Флаг на баш- | хранять заданную цель. | ности за свои поступки |  | |
| не» | ***Познавательные:*** проходить тести- | на основе представлений |  | |
|  | рование метания мешочка на даль- | о нравственных нормах, |  | |
|  | ность, играть в подвижную игру | социальной справедливо- |  | |
|  | «Флаг на башне» | сти и свободе |  | |
|  |  |  | | |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** эффективно | Развитие этических |  | |
| варианты фут- | сотрудничать и способствовать | чувств, доброжелательно- |  | |
| больных упраж- | продуктивной кооперации, слушать | сти и эмоционально-нрав- |  | |
| нений сущест- | и слышать друг друга. | ственной отзывчивости, |  | |
| вуют, правила | ***Регулятивные:*** осознавать самого | сочувствия другим людям, |  | |
| спор- | себя как движущую силу своего | развитие навыков сотруд- |  | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | 3 | 4 | 5 |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **99** | 23.5 |  | Спортив­ная игра «Футбол»  Урок по­вторения и закреп­ления изучен­ного ма­териала | Разминка с **мячами,** футбольные упражне­ния, спортивная игра «Футбол» |  |
| 100 | 28.5 |  | Бег  на 1000 м  Контрольный урок | Разминка, направ­ленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Фут­бол» |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |  | |
| 101 | 29.5 |  | Спортив­ные игры  Комби­нирован­ный | Разминка в движении, спортивные игры, эста­фета с передачей эста­фетной палочки |  |
| 102 | 30.5 |  | По­движные и спортив­ные игры  Урок по­вторения и закреп­ления изучен­ного ма­териала | Разминка в движении, спортивные и подвиж­ные игры, подведение итогов четверти и года |  |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | тивной игры «Футбол» | научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокор­рекции.  *Познавательные:* выполнять фут­больные упражнения, играть в спор­тивную игру «Футбол» | ничества со сверстниками и взрослыми в разных со­циальных ситуациях |  |
|  | Знать, какие варианты | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать | Развитие этических чувств, доброжелательно- |  |
|  | футбольных | свои мысли в соответствии с задача- | сти и эмоционально-нрав- |  |
|  | упражнений существуют, правила спор­тивной игры «Футбол» | ми и условиями коммуникации. *Регулятивные:* самостоятельно выде­лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  *Познавательные:* выполнять фут­больные упражнения, играть в спор­тивную игру «Футбол» | ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных со­циальных ситуациях |  |
|  | |  |  |  |
|  | Знать правила  проведения  тестирования | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача- | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав- |  |
|  | бега на 1000 м, | ми и условиями коммуникации. | ственной отзывчивости, |  |
|  | правила спор­тивной игры | *Регулятивные:* определять новый уровень отношения к | сочувствия другим людям, >азвитие самостоятельно- |  |
|  | «Футбол» | как субъекту деятельн *Познавательные:* npo6ci aiь дш,iоп­цию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол» | ти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе | i |
|  | |  |  |  |
|  | Знать техни­ку передачи эстафетной | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слы- | Развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных |  |
|  | палочки, прави- | шать друг друга и учителя. | социальных ситуациях, |  |
|  | ла выбранных | *Регулятивные:* самостоятельно выде- | умении не создавать кон- |  |
|  | спортивных игр | лять и формулировать познаватель­ные цели, находить необходимую информацию.  *Познавательные:* передавать эста­фетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры | фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций |  |
|  | Знать, как  выбирать  подвижные | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слы- | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав- |  |
|  | и спортивные | шать друг друга и учителя. | ственной отзывчивости, |  |
|  | игры, правила | *Регулятивные:* самостоятельно выде- | развитие навыков сотруд- |  |
|  | выбранных игр. | лять и формулировать познаватель- | ничества со сверстниками |  |
|  | как подводить | ные цели, находить необходимую | и взрослыми в разных |  |
|  | итоги года | информацию.  *Познавательные:* играть в выбран­ные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года | социальных ситуациях, умений не создавать кон­фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций |  |