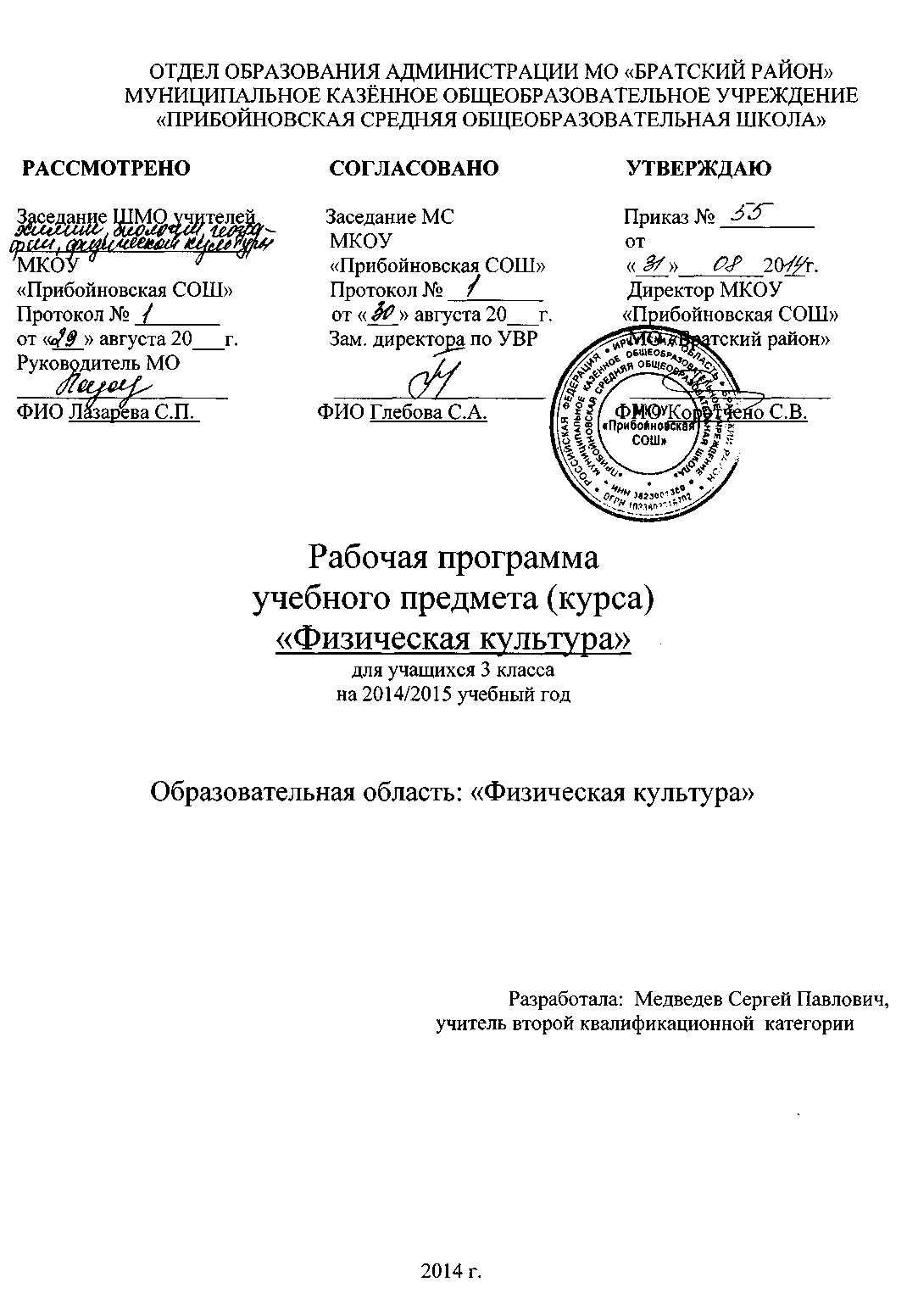
****

**Пояснительная записка**

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

*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 курса

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, внеурочные формы занятий физиче­скими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскры­тия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

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 развиваются мышление, творче­ство и самостоятельность.

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

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

• требованиях к результатам освоения основной образовательной программы начального обще­  
го 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 3 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 3 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, умение не создавать конфликты и нахо­дить выходы из спорных ситуаций;
* развитие самостоятельности и личной ответ­ственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
* формирование эстетических потребностей, цен­ностей и чувств;
* формирование установки на безопасный, здоро­вый образ жизни.

*Метапредметные результаты:*

* овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств 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 в совместной деятельности, 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 здоровье-сберегающую 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 самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяс­нять, что такое пас и его значение для спор­тивных игр с мячом, что такое осанка и мето­ды сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;

по разделу *«Гимнастика с элементами акро­батики» —* выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраи­ваться в одну, две и три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами и кружочками, с мас­сажными мячами, с обручами, с гимнастиче­ской палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мя­чом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыж­ковую разминку, разминку в парах, у гимна­стической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запо­минать временные отрезки, выполнять пере­каты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, проходить стан­ции круговой тренировки, лазать и перелезать по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, висеть за-весом одной и двумя ногами на перекладине, прыгать со скакалкой, через скакалку и в ска­калку, прыгать в скакалку в тройках, выпол­нять упражнения на гимнастическом бревне, на гимнастических кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед), лазать по наклонной гимнастической скамей­ке, выполнять вращение обруча; по разделу *«Легкая атлетика» —* технике высо­кого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3 х 10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, прыгать в высоту спиной вперед, прыгать на мячах-хопах, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, проходить полосу препят­ствий;

по разделу *«Лыжная подготовка» —* передви­гаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попе­ременным и одновременным двухшажным ходом, выполнять повороты на лыжах пере-ступанием и прыжком, переносить лыжи под рукой и на плече, проходить на лыжах ди­станцию 1,5 км, подниматься на склон «полу­елочкой», «елочкой», «лесенкой», спускаться со склона в основной стойке и в низкой стой­ке, тормозить «плугом», передвигаться и спу­скаться со склона на лыжах «змейкой»;

* по разделу *«Плавание»* — выполнять размин­ку перед входом в воду, входить в воду, по­гружаться в воду с закрытыми и открытыми глазами, выполнять игровые упражнения «Крокодильчик», «Поплавок», «Медуза», «Звездочка», «Стрелка с мотором», скользить по воде на груди и спине, выполнять движе­ния ногами и руками при плавании кролем, плавать кролем на груди, прыгать в воду с тум­бы, проплывать дистанцию 25 м;
* по разделу *«Подвижные и спортивные игры»* — давать пас ногами и руками, выполнять пере­дачи мяча через волейбольную сетку различ­ными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упраж­нения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в бас­кетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ло-вишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки — дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Выши­балы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Пе­рестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешоч­ком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашюти­сты», «Волшебные елочки», «Белочка-защит­ница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловиш­ка на хопах», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хво­стики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спор­тивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

**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 | **4** | **1** |
| Гимнастика с элементами акробатики | **29** | **8** |
| Легкая атлетика | \_\_25\_J | **12** |
| Лыжная подготовка | **16** | **1** |
| Подвижные и спортивные игры | *28* | **3** |
| **Общее количество часов** | **102** | **25** |

**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 спортивных залов и площадок;
* мегафон;

• экран (на штативе или навесной);

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

* стенка гимнастическая;
* бревно гимнастическое напольное;
* 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;
* рулетка измерительная (10 м, 50 м);
* щиты с баскетбольными кольцами;
* стойки волейбольные;
* стойки с баскетбольными кольцами;
* сетка волейбольная;
* конусы;
* футбольные ворота;
* аптечка медицинская.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **№ уро­ка** | **Дата проведения** | | **Тема урока**  **Тип урока** | | **Понятия** | |  | |
|  |  | **план** | **факт** |  | |  | |  | |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** | | **5** | |  | |
|  |  | | | | | | |
|  | **1** | 2.09 |  | Органи-зацион-но-мето-дические требования на уроках физиче­ской куль­туры  Комбини­рованный | | Организационно-мето­дические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ло­вишка» и «Коддунчики» | |  |
| | | | | | |
|  | **2** | 5.09 |  | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта  Кон­трольный | | Беговая разминка, те­стирование бега на 30 м с высокого старта, по­движные игры «Салки» и «Салки — дай руку» | |  | |
|  | **3** | 6.09 |  | Техника  челночного  бега  Комбини­рованный | | Разминка в движении, челночный бег, подвиж­ные игры «Прерванные пятнашки» и «Коддун­чики» | |  | |
|  | **4** | 9.09 |  | Тести­рование челноч­ного бега 3\* 10м  Кон­трольный | | Разминка в движении, тестирование челноч­ного бега 3 *х* Юм, по­движная игра «Собачки ногами» | |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  |  |  |
|  | Планируемые результаты |  | Комментарий учителя |  |
| Предметные | Метапредметные УУД | Личностные УУД |  |  |
| 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| Знать, какие  организацион-  но-методические  требования  применяются  на уроках физи-  ческой культуры,  как выполнять  строевые упраж-  нения, правила  подвижных  игр «Ловишка»  и «Колдунчики» | *Коммуникативные:* слушать и слышать  друг друга, работать в группе.  *Регулятивные:* определять новый  уровень отношения к самому себе как  субъекту деятельности, находить и вы-  делять необходимую информацию.  *Познавательные:* рассказывать об ор-  ганизационно-методических требова-  ниях, применяемых на уроках физи-  ческой культуры, выполнять строевые  упражнения, играть в подвижные игры  «Ловишка» и «Колдунчики» | Развитие мотивов учебной  деятельности и осознание  личностного смысла уче-  ния, принятие и освоение  социальной роли обучаю-  щегося, развитие навыков  сотрудничества со сверст-  никами и взрослыми в раз-  ных социальных ситуациях |  |  |
|  | ■ |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |
|  | *Коммуникативные:* с достаточной  полнотой и точностью выражать свои  мысли в соответствии с задачами  и условиями коммуникации, устанав-  ливать рабочие отношения.  *Регулятивные:* самостоятельно фор-  мулировать познавательные цели,  находить и выделять необходимую  информацию.  *Познавательные:* проходить тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку» |  | |  |
| Знать, как про- | Развитие этических чувств, |  |  |
| ходит тестирова- | доброжелательности и эмо- |  |  |
| ние бега на 30 м | ционально-нравственной |  |  |
| с высокого | отзывчивости, самостоя- |  |  |
| старта, правила | тельности и личной ответ- |  |  |
| подвижных игр | ственности за свои поступ- |  |  |
| «Салки» и «Сал- | ки на основе представлений |  |  |
| ки — дай руку» | о нравственных нормах, |  |  |
|  | социальной справедливости |  |  |
|  | и свободе |  |  |
| Знать технику | *Коммуникативные:* эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |  |
| челночного | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |  |
| бега, правила | тивной кооперации, работать в группе. | личностного смысла уче- |  |  |
| подвижных игр | *Регулятивные:* видеть ошибку и ис- | ния, развитие этических |  |  |
| «Прерванные | правлять ее по указанию взрослого, | чувств, доброжелательности |  | |
| пятнашки» | сохранять заданную цель. | и эмоционально-нравствен- |  | |
| и «Колдунчики» | *Познавательные:* технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Кол­дунчики» | ной отзывчивости, само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |  |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* эффективно | Развитие мотивов учебной |  |  |
| ходит тестирова- | сотрудничать и способствовать про- | деятельности и осознание |  |  |
| ние челночного | дуктивной кооперации, добывать не- | личностного смысла уче- |  |  |
| бега 3 х 10 м, | достающую информацию с помощью | ния, принятие и освоение |  |  |
| правила подвиж- | вопросов. | социальной роли обучаю- |  |  |
| ной игры «Со- | *Регулятивные:* определять новый | щегося, развитие этических |  |  |
| бачки ногами» | уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверст­ника. *Познавательные:* проходить тестиро- | чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен­ной отзывчивости |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | вание челночного бега 3 х 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами» |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |  |
| **5** | 12.9 |  | Способы метания мешочка (мяча) на даль­ность  Комбини­рованны | Беговая разминка, раз­личные способы метания мешочка на дальность, подвижная и фа «Бросай далеко, собирай быст­рее» |  |
| **6** | 13.9 |  | Тести­рование метания мешочка на даль­ность  Кон­трольный | Беговая разминка, те­стирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собач­ки ногами» |  |
| **Знания о физической культуре** | | | |  | |
| **7** | 16.9 |  | Пас и его значение для спор­тивных игр с мячом  Изучение  нового  материала | Разминка в движении, варианты паса мяча но­гой, правила спортивной игры «Футбол» |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |  | |
| **8** | 19.9 |  |  | Разминка в движении, варианты паса мяча но­гой, правила спортивной игры «Футбол» |  |
| **Легкая атлетика** | | | |  | |
| 9 | 20.9 |  | Прыжок в длину с разбега  Комбини­рованный | **Разминка на месте,** тех­ника прыжка в длину с разбега, спортивная игра «Футбол» |  |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | **7** | 8 | 9 |  |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** работать в группе, | Развитие мотивов учебной |  |  |
| способы мета- | устанавливать рабочие отношения. | деятельности и осознание |  |  |
| ния мешочка | *Регулятивные:* осуществлять действие | личностного смысла уче- |  |  |
| на дальность | по образцу и заданному правилу. | ния, принятие и освоение |  |  |
| существуют, пра- | ***Познавательные:*** выполнять метание | социальной роли обучаю- |  |  |
| вила подвижной | мешочка на дальность различными | щегося, развитие само- |  |  |
| игры «Бросай | способами, играть в подвижную игру | стоятельности и личной |  |  |
| далеко, собирай | «Бросай далеко, собирай быстрее» | ответственности за свои |  |  |
| быстрее» |  | поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие этических чувств, |  |  |
| проходит те- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |  |
| стирование ме- | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  | ' |
| тания мешочка | друг друга. | отзывчивости, самостоя- |  |  |
| на дальность, | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | тельности и личной ответ- |  |  |
| правила подвиж- | оценку взрослого и сверстника, сохра- | ственности на основе пред- |  |  |
| ной игры «Со- | нять заданную цель. | ставлений о нравственных |  |  |
| бачки ногами» | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | нормах, социальной спра- |  |  |
|  | вание метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки  ногами» | ведливости и свободе |  |  |
|  |  |  | |  |
| Знать, какие | *Коммуникативные:* слушать и слышать | Развитие мотивов учебной |  |  |
| варианты паса | друг друга, добывать недостающую | деятельности и осознание |  |  |
| мяча ногой су- | информацию с помощью вопросов. | личностного смысла уче- |  |  |
| ществуют, пра- | *Регулятивные:* осуществлять действие | ния, принятие и освоение |  |  |
| вила спортивной | по образцу и заданному правилу, аде- | социальной роли обучаю- |  |  |
| игры «Футбол» | кватно оценивать свои действия и дей­ствия партнеров.  ***Познавательные:*** выполнять различ­ные варианты пасов мяча ногой, иг­рать в спортивную игру «Футбол» | щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях, умений не создавать кон­фликты и находить выходы из спорных ситуаций |  |  |
|  |  | **\*"""" ' ~ " ' "' . *~щ*** | |  |
| **Знать,** какие | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать | Формирование чувства |  |  |
| варианты паса | друг друга, добывать недостающую | гордости за свою Родину |  |  |
| мяча ногой су- | информацию с помощью вопросов. | и историю России, развитие |  |  |
| ществуют, пра- | ***Регулятивные:*** осуществлять действие | мотивов учебной деятельно- |  |  |
| вила спортивной | по образцу и заданному правилу, аде- | сти и осознание личностно- |  |  |
| игры «Футбол» | кватно оценивать свои действия и дей­ствия партнеров.  *Познавательные:* выполнять различ­ные варианты пасов мяча ногой, иг­рать в спортивную и фу «Футбол» | го смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, разви­тие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях |  |  |
|  |  |  | |  |
| Знать, как вы- | *Коммуникативные:* с лопаточной | Формирование уважения |  |  |
| полнять прыжок | полнотой и точностью выражать свои | к культуре других народов, |  |  |
| в длину с раз- | мысли в соответствии с задачами | развитие мотивов учебной |  |  |
| бега, правила | и условиями коммуникации. | деятельности и осознание |  |  |
| спортивной игры | ***Регулятивные:*** контролировать свою | личностного смысла уче- |  |  |
| «футбол» | деятельность по результату, адекватно | ния, формирование уста- |  |  |
|  | оценивать свои действия и действия | новки на безопасный и здо- | ; | . |
|  | партнеров.  ***Познавательные:*** прыгать в длину  с разбега, играть в спортивную игру  «Футбол» | ровый образ жизни |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |
| **10** | 23.9 |  | Прыжки в длину с разбега на резуль­тат  Комбини­рованный | Разминка на месте, прыжки в длину с раз­бега на результат, по­движная игра «Собачки ногами» |
| **11** | 26.9 |  | Контроль­ный урок по прыж­кам в длину с разбега  Кон­трольный | Разминка в движении по кругу, контрольные прыжки в длину с раз­бега, спортивная игра «Футбол» |
| **Подвижные и спортивные игры|\_** | | | |  |
| **12** | 27.9 |  | Контроль­ный урок по спор­тивной игре «Фут­бол»  Кон­трольный | **Разминка в движении**  по кругу, правила спор­тивной игры «Футбол», броски мяча из-за боко­вой, контрольная игра в футбол |
| **Легкая атлетик|** | | | |  |
| **13** | 30.9 |  | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точность  Кон­трольный | **Разминка с** малым мя­чом, тестирование мета­ния малого мяча на точ­ность, подвижная игра «Вышибалы» |
| **Гимнастика с элементами акроба** | | | |  |
| **14** | 3.10 |  | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя  Кон­трольный | **Разминка, направленная** на развитие гибкости, те­стирование наклона впе­ред из положения стоя, подвижная игра «Белые медведи» |
|  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |  |
| полнять прыжок | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |  |
| в длину с разбега | просов, слушать и слышать друг друга. | личностного смысла уче- |  |  |
| **на** результат, | ***Регулятивные:*** видеть ошибку и ис- | ния, принятие и освоение |  |  |
| правила подвиж- | правлять ее по указанию взрослого, | социальной роли обучаю- |  |  |
| **ной** игры «Со- | сохранять заданную цель. | щегося, развитие навыков |  |  |
| **бачки ногами»** | ***Познавательные:*** прыгать в длину с разбега на результат, играть в по­движную игру «Собачки ногами» | сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях, развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |  |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие этических чувств, |  |  |
| проходит кон- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |  |
| трольный урок | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  |  |
| **по** прыжкам | учителя и друг друга. | отзывчивости, навыков |  |  |
| в длину с раз- | ***Регулятивные:*** самостоятельно форму- | сотрудничества со сверст- |  |  |
| бега, правила | лировать познавательные цели, сохра- | никами |  |  |
| спортивной игры | нять заданную цель. |  |  |  |
| «футбол» | ***Познавательные:*** выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол» |  |  |  |
|  |  |  | |  |
| **Знать, как** | ***Коммуникативные:*** представлять **кон-** | Развитие этических чувств, |  |  |
| проходит кон- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |  |
| трольный урок | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  |  |
| по футболу, | учителя и друг друга. | отзывчивости, навыков |  |  |
| как выполнять | ***Регулятивные:*** самостоятельно форму- | сотрудничества **со** сверст- |  |  |
| бросок из-за бо- | лировать познавательные цели, сохра- | никами |  |  |
| **ковой** | нять заданную цель. ***Познавательные:* играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам** |  |  |  |
|  |  |  | |  |
| **Знать, как про-** | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие этических чувств, |  |  |
| ходит тестиро- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |  |
| вание метания | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  |  |
| малого мяча | друг друга. | отзывчивости, навыков |  |  |
| на точность, пра- | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | сотрудничества со сверст- |  |  |
| вила подвижной | оценку взрослого и сверстника, сохра- | никами и взрослыми в раз- |  |  |
| **игры «Вышиба-** | нять заданную цель. | ных социальных ситуациях, |  |  |
| лы» | ***Познавательные:*** проходить тестиро­вание метания малого мяча на **точ­ность, играть в** подвижную игру **«Вы­шибалы»** | умений не создавать кон­фликты и находить выходы из спорных ситуаций |  |  |
|  |  |  | |  |
| **Знать, как про-** | ***Коммуникативные:* эффективно со-** | Развитие мотивов **учебной** |  |  |
| ходит тестиро- | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |  |
| вание наклона | тивной кооперации, слушать и слы- | личностного смысла уче- |  |  |
| вперед из поло- | шать друг друга. | ния, принятие и освоение |  |  |
| жения стоя, пра- | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | социальной роли обучаю- | | |  |
| вила подвижной | оценку взрослого и сверстника, сохра- | щегося, развитие этических |  |
| игры «Белые | нять заданную цель. | чувств, доброжелательности |  |  |
| медведи» | ***Познавательные:*** проходить тестиро­вание наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи» | и эмоционально-нравствен­ной отзывчивости |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |
| **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 «Белые медведи» |
| **Легкая атлетика** | | | |  |
| **16** | 7.10 |  | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места  Кон­трольный | Прыжковая разминка, тестирование прыжка в длину с места, подвиж­ная и фа «Волк во рву» |
| **Гимнастика с элементами акроба** | | | |  |
| **17** | 10.10 |  | Тестиро­вание под­тягивания на низкой переклади­не из виса лежа со­гнувшись  Кон­трольный | Прыжковая разминка, тестирование подтяги­вания на низкой пере­кладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Волк во рву» |
| **18** | 11.10 |  | Тестиро­вание виса на время  Кон­трольный | Разминка с гимнастиче­скими палками, тести­рование виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом» |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |  |
| 19 | 14.10 |  | Подвижная игра «Пе­рестрелка»  Комбини­рованный | Разминка с мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Пере­стрелка» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | **7** | 8 | 9 |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестиро- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |
| вание подъема | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  |
| туловища из по- | друг друга. | отзывчивости, самостоя- |  |
| ложения лежа | ***Регулятивные:*** самостоятельно фор- | тельности и личной ответ- |  |
| за 30 с, правила | мулировать познавательные цели, | ственности за свои поступ- |  |
| подвижной игры | адекватно понимать оценку взрослого | ки на основе представлений |  |
| «Белые медведи» | и сверстника. | о нравственных нормах, |  |
|  | ***Познавательные:*** проходить тестирова- | социальной справедливости |  |
|  | ние подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру  «Белые медведи» | и свободе |  |
|  |  |  |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие этических чувств. |  |
| ходит тестиро- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |
| вание прыжка | в устной форме, слушать и слышать | ционально- нравственной |  |
| в длину с места, | друг друга. | отзывчивости, самостоя- |  |
| правила подвиж- | ***Регулятивные:*** самостоятельно фор- | тельности и личной ответ- |  |
| ной игры «Волк | мулировать познавательные цели, | ственности за свои поступ- |  |
| во рву» | адекватно понимать оценку взрослого | ки на основе представлений |  |
|  | и сверстника. | о нравственных нормах, |  |
|  | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | социальной справедливости |  |
|  | вание прыжка в длину с места, играть  в подвижную игру «Волк во рву» | и свободе |  |
|  |  |  |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие этических чувств. |  |
| ходит тестиро- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |
| вание подтяги- | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  |
| вания на низкой | друг друга. | отзывчивости, самостоя- |  |
| перекладине | ***Регулятивные:*** самостоятельно фор- | тельности и личной ответ- |  |
| из виса лежа со- | мулировать познавательные цели, | ственности за свои поступ- |  |
| гнувшись, пра- | адекватно понимать оценку взрослого | ки на основе представлений |  |
| вила игры «Волк | и сверстника. | о нравственных нормах, |  |
| во рву» | ***Познавательные:*** проходить тестирова- | социальной справедливости |  |
|  | ние подтягивания на низкой перекла­дине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву» | и свободе |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестирова- | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |
| ние виса на вре- | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  |
| мя, правила | друг друга. | отзывчивости, самостоя- |  |
| подвижной игры | ***Регулятивные:*** самостоятельно фор- | тельности и личной ответ- |  |
| «Ловля обезьян | мулировать познавательные цели, | ственности за свои поступ- |  |
| с мячом» | адекватно понимать оценку взрослого | ки на основе представлений |  |
|  | и сверстника. | о нравственных нормах, |  |
|  | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | социальной справедливости |  |
|  | вание виса на время, играть в подвиж­ную игру «Ловля обезьян с **мячом»** | и свободе |  |
|  |  |  |  |
| Знать, как вы- | *Коммуникативные:* эффективно | Развитие мотивов учебной |  |
| полнять броски | сотрудничать и способствовать про- | деятельности и осознание |  |
| и ловлю мяча, | дуктивной кооперации, добывать не- | личностного смысла уче- |  |
| правила подвиж- | достающую информацию с помощью | ния, принятие и освоение |  |
| ной игры «Пере- | вопросов. | социальной роли обучаю- |  |
| стрелка» | ***Регулятивные:*** видеть ошибку и ис- | щегося, развитие навыков |  |
|  | правлять ее по указанию взрослого, | сотрудничества со сверст- |  |
|  | сохранять заданную цель. | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | ***Познавательные:*** уметь бросать и ло- | ных социальных ситуациях, |  |
|  | вить мяч, играть в подвижную игру | умений не создавать кон- |  |
|  | «Перестрелка» | фликты и находить выходы из спорных ситуаций |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |
| **20** | 17.10 | ' | Футболь­ные упраж­нения  Комбини­рованный | Разминка с мячом, фут­больные упражнения, подвижная игра «Пере­стрелка» |
| **21** | 18.10 |  | Футболь­ные уп­ражнения в парах  Изучение  нового  материала | Разминка с мячами в па­рах, футбольные упраж­нения в парах, подвиж­ная игра «Пустое место» |
| **22** | 21.10 |  | Различные варианты футболь­ных уп­ражнений в парах  Репродук­тивный | Разминка с мячами в па­рах, футбольные упраж­нения в парах, подвиж­ная игра «Пустое место» |
| **23** | 24.10 |  | Подвижная игра «Осада города»  Комбини­рованны | Разминка с мячом в па­рах, техника бросков и ловли мяча в парах, подвижная игра «Осада города» |
| **24** | 25.10 |  | Броски и ловля мяча в па­рах  Комбини­рованный | Разминка с мячом в па­рах, упражнения с двумя мячами в парах, подвиж­ная игра «Осада города» |
| **Знания о физической** культуре | | | |  |
| 25 | 28.10 |  | Закалива­ние  Комбини­рованный | Закаливание, разминка  с мячом,упражнения с двумя мячами в парах, |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |
| футбольные | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |
| упражнения | тивной кооперации, устанавливать | личностного смысла уче- |  |
| бывают, правила | рабочие отношения. | ния, принятие и освоение | . |
| подвижной игры | ***Регулятивные:*** видеть ошибку и ис- | социальной роли обучаю- |  |
| «Перестрелка» | правлять ее по указанию взрослого, | щегося, развитие навыков |  |
|  | сохранять заданную цель. | сотрудничества со сверст- |  |
|  | ***Познавательные:*** выполнять футболь- | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | ные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка» | ных социальных ситуациях |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** управлять поведе- | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнять | нием партнера (контроль, коррекция, | деятельности и осознание |  |
| футбольные | умение убеждать), добывать недо- | личностного смысла уче- |  |
| упражнения | стающую информацию с помощью | ния, принятие и освоение |  |
| в парах, правила | вопросов. | социальной роли обучаю- |  |
| подвижной игры | *Регулятивные:* осуществлять действие | щегося, развитие навыков |  |
| «Пустое место» | по образцу, адекватно оценивать свои | сотрудничества со сверст- |  |
|  | действия и действия партнера. | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | ***Познавательные:*** выполнять футболь­ные упражнения в парах, играть в по­движную игру «Пустое место» | ных социальных ситуациях |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** управлять поведени- | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнять | ем партнера (контроль, коррекция, уме- | деятельности и осознание |  |
| футбольные | ние убеждать), добывать недостающую | личностного смысла уче- |  |
| упражнения | информацию с помощью вопросов. | ния, принятие и освоение |  |
| в парах, правила | ***Регулятивные:*** осуществлять действие | социальной роли обучаю- |  |
| подвижной игры | по образцу, адекватно оценивать свои | щегося, развитие навыков |  |
| «Пустое место» | действия и действия партнера. | сотрудничества со сверст- |  |
|  | ***Познавательные:*** выполнять футболь- | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | ные упражнения в парах, играть в по­движную игру «Пустое место» | ных социальных ситуациях |  |
| Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать | Развитие мотивов учебной |  |
| полнять броски | друг друга, добывать недостающую | деятельности и осозна- |  |
| и ловлю мяча | информацию с помощью вопросов. | ние личностного смысла |  |
| в парах, правила | ***Регулятивные:*** проектировать тра- | учения, развитие навыков |  |
| подвижной игры | екторию развития через включение | сотрудничества со сверст- |  |
| «Осада города» | в новые виды деятельности **и** формы | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | сотрудничества. | ных социальных ситуациях, |  |
|  | *Познавательные:* выполнять броски | умений не создавать кон- |  |
|  | и ловлю мяча в парах, играть в по- | фликты и находить выходы |  |
|  | движную игру «Осада города» | из спорных ситуаций |  |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать | Развитие мотивов учебной |  |
| упражнения | друг друга, добывать недостающую | деятельности и осозна- |  |
| **в** парах с двумя | информацию с помощью вопросов. | ние личностного смысла |  |
| мячами сущест- | ***Регулятивные:*** проектировать тра- | учения, принятие и освое- |  |
| вуют, правила | екторию развития через включение | ние социальной роли |  |
| подвижной игры | в новые виды деятельности и формы | обучающегося, развитие |  |
| «Осада города» | сотрудничества. | навыков сотрудничества |  |
|  | ***Познавательные:*** выполнять упраж- | со сверстниками в разных |  |
|  | нения в парах с двумя мячами, играть | социальных ситуациях, са- |  |
|  | **в** подвижную игру «Осада города» | мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных |  |
| **1 >** |  | нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |
|  |  |  | |
| Знать, что такое | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
| закаливание, как | полнотой и точностью выражать свои | деятельности и осознание |  |
| можно закалять- | мысли в соответствии с задачами | личностного смысла уче- |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |
|  |  |  |  | подвижная игра «По­движная цель» |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |  |
| **26** | 31.10 |  | Ведение мяча  Комбини­рованный | Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «По­движная цель» |
| **27** | 1.11 |  | Подвиж­ные игры  Комбини­рованный | Разминка в движении, 2—3 подвижные игры, подведение итогов чет­верти |
| **Гимнастика с элементами акроба** | | | |  |
| 28 | 11.11 |  | Кувырок вперед  Комбини­рованный | Разминка на матах, тех­ника кувырка вперед, подвижная игра «Удоч­ка» |
| 29 | 14.11 |  | Кувырок вперед с разбега и через препят­ствие  Комбини­рованный | Разминка на матах, техника кувырка впе­ред с разбега, техника кувырка вперед через препятствие |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | ся и для чего это | **и** условиями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |
|  | нужно делать, | ***Регулятивные:*** определять новый | социальной роли обучаю- |  |
|  | правила подвиж- | уровень отношения к самому себе как | щегося, развитие навыков |  |
|  | ной игры «По- | субъекту деятельности, контролиро- | сотрудничества со сверст- |  |
|  | движная цель» | вать свою деятельность по результату. ***Познавательные:*** уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с дву­мя мячами, играть в подвижную игру «П о д в и ж н ая **цель»** | никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях |  |
|  | |  |  | |
|  | Знать правила | *Коммуникативные:* слушать и слышать | Развитие **этических чувств,** |  |
|  | закаливания, | друг друга, с достаточной полнотой | доброжелательности и эмо- |  |
|  | технику ведения | и точностью выражать свои мысли | ционально-нравственной |  |
|  | мяча, правила | в соответствии с задачами **и** условиями | отзывчивости, развитие са- |  |
|  | подвижной игры | коммуникации. | мостоятельности и личной |  |
|  | «Подвижная | ***Регулятивные:*** сохранять заданную | ответственности за свои |  |
|  | цель» | цель, контролировать свою деятель­ность по результату. ***Познавательные:*** уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в по­движную игру «Подвижная цель» | поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |
|  | Знать, как выби- | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать | Развитие этических чувств, |  |
|  | рать подвижные | друг друга, находить общее решение | доброжелательности и эмо- |  |
|  | игры, правила | практической задачи, уважать иное | ционально-нравственной |  |
|  | этих игр, как | мнение. | отзывчивости, развитие |  |
|  | подводят итоги | ***Регулятивные:*** самостоятельно фор- | навыков сотрудничества |  |
|  | четверти | мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** уметь играть в по­движные игры и подводить итоги четверти | со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях | *•* |
|  |  |  |  | |
|  | Знать технику | ***Коммуникативные:*** сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
|  | кувырка вперед, | в ходе групповой работы. | деятельности и осознание |  |
|  | правила подвиж- | ***Регулятивные:*** осуществлять действие | личностного смысла уче- |  |
|  | ной игры «Удоч- | по образцу и заданному правилу, аде- | ния, принятие и освоение |  |
|  | ка» | кватно оценивать свои действия **и** дей­ствия партнеров.  ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка» | социальной роли обучаю­щегося, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
|  | Знать технику | ***Коммуникативные:*** сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
|  | кувырка вперед | в ходе групповой работы. | деятельности и осознание |  |
|  | с разбега и через | ***Регулятивные:*** осуществлять действие | личностного смысла уче- |  |
|  | препятствие | по образцу и заданному правилу, аде­кватно оценивать свои действия и дей­ствия партнеров.  ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие | ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30 | 15.11 |  | Варианты выполне­ния кувыр­ка вперед  Комбини­рованный | Разминка на матах с ре­зиновыми кольцами, варианты выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимание |
| 31 | 18.11 |  | Кувырок назад  Комбини­рованный | Разминка на матах с ре­зиновыми кольцами, техника кувырка назад, подвижная игра «Удоч­ка» |
| 32 | 21.11 |  | Кувырки  Комбини­рованный | Разминка с массажным мячом, кувырок вперед, кувырок назад, подвиж­ная игра «Мяч в туннеле» |
| 33 | 22.11 |  | Круговая тренировка  Репродук­тивный | Разминка с массажным мячом, круговая трени­ровка, подвижная игра «Мяч в туннеле» |
| 34 | 25.11 |  | Стойка на голове  Комбини­рованный | Разминка с гимнастиче­скими палками, техника выполнения стойки на голове, подвижная игра «Парашютисты» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Знать, какие | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
|  | варианты выпол- | стающую информацию с помощью | деятельности и осознание |  |
|  | нения кувырка | вопросов, представлять конкретное | личностного смысла уче- |  |
|  | вперед сущест- | содержание и сообщать его в устной | ния, развитие самостоятель- |  |
|  | вуют, какие | форме. | ности и личной ответствен- |  |
|  | бывают игровые | ***Регулятивные:*** осуществлять дейст- | ности за свои поступки |  |
|  | упражнения | вие по образцу и заданному правилу, | на основе представлений |  |
|  | на внимание | контролировать свою деятельность по результату.  ***Познавательные:*** выполнять различ­ные варианты кувырка вперед, выпол­нять игровое упражнение на внимание | о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
|  | Знать технику | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
|  | кувырка назад, | полнотой и точностью выражать свои | деятельности и осознание |  |
|  | правила подвиж- | мысли в соответствии с задачами | личностного смысла уче- |  |
|  | ной игры «Удоч- | и условиями коммуникации. | ния, развитие самостоятель- |  |
|  | ка» | ***Регулятивные:*** осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  ***Познавательные:*** выполнять кувы­рок назад, играть в подвижную игру «Удочка» | ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости **и** свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
|  | Знать технику | ***Коммуникативные:*** эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |
|  | кувырка вперед | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осозна- |  |
|  | и назад, правила | тивной кооперации. | ние личностного смысла |  |
|  | подвижной игры | ***Регулятивные:*** определять новый | учения, развитие само- |  |
|  | «Мяч в туннеле» | уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе, фор­мирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
|  | Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие самостоятельно- |  |
|  | ходить станции | кретное содержание и сообщать его | сти и личной ответствен- |  |
|  | круговой трени- | в устной форме, слушать и слышать | ности за свои поступки |  |
|  | ровки, правила | друг друга и учителя. | на основе представлений |  |
|  | подвижной игры | ***Регулятивные:*** видеть ошибку и ис- | о нравственных нормах, |  |
|  | «Мяч в туннеле» | правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** проходить станции круговой тренировки, играть в по­движную игру «Мяч в туннеле» | социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, разви­тие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях |  |
|  | Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |
|  | полнять стойку | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |
|  | на голове, пра- | тивной кооперации, слушать и слы- | личностного смысла уче- |  |
|  | вила подвижной | шать друг друга и учителя. | ния, принятие и освоение |  |
|  | игры «Парашю- | ***Регулятивные:*** осознавать самого себя | социальной роли обучаю- |  |
|  | тисты» | как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению пре­пятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты» | щего; развитие этических чувств, понимания и сопе­реживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |
|  | 35 |  |  | Стойка | Разминка с гимнастиче- |  |
|  |  | 28.11 |  | на руках  Комбини-  рованный | скими палками, стойка на голове, стойка на ру­ках, подвижная игра «Парашютисты» |  |
|  | 36 |  |  | Круговая | Разминка, направлен- |  |
|  |  | 29.11 |  | тренировка  Комбини-  рованный | ная на сохранение пра­вильной осанки, стойка на голове и руках, круго­вая тренировка, подвиж­ная игра «Волшебные елочки» |  |
|  | 37 |  |  | Вис заве- | Разминка, направленная |  |
|  |  | 1.12 |  | сом одной и двумя но­гами на пе­рекладине  Комбини-  рованный | на сохранение правиль­ной осанки, лазанье и перелезание на гим­настической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белоч­ка-защитница» |  |
|  | 38 |  |  | Лазанье | Разминка у гимнасти- |  |
|  |  | 5.12 |  | и пере-лезание по гимна­стической стенке  Комбини-  рованный | ческой стенки, лазанье и перелезание по гим­настической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белоч­ка-защитница» |  |
|  | 39 |  |  | Прыжки | Разминка со скакалками, |  |
|  |  | 6.12 |  | в скакалку  Комбини-  рованный | прыжки в скакалку, по­движная игра «Горячая линия» |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать технику | *Коммуникативные:* сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
| стойки на голове | в ходе групповой работы. | деятельности и осознание |  |
| и руках, правила | *Регулятивные:* видеть ошибку и ис- | личностного смысла уче- |  |
| подвижной игры | правлять ее по указанию взрослого. | ния, принятие и освоение |  |
| «Парашютисты» | *Познавательные:* выполнять стойку | социальной роли обучаю- |  |
|  | на голове и руках, играть в подвижную | щегося, формирование |  |
|  | игру «Парашютисты» | эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
| Знать, как вы- | *Коммуникативные:* представлять кон- | Развитие самостоятельно- |  |
| полнять стойку | кретное содержание и сообщать его | сти и личной ответствен- |  |
| на голове и ру- | в устной форме, слушать и слышать | ности за свои поступки |  |
| ках, как прохо- | друг друга и учителя. | на основе представлений |  |
| дить станции | *Регулятивные:* видеть ошибку и ис- | о нравственных нормах, |  |
| круговой трени- | правлять ее по указанию взрослого, | социальной справедливости |  |
| ровки, правила | сохранять заданную цель. | и свободе, формирование |  |
| подвижной игры | *Познавательные:* выполнять стойку | эстетических потребностей, |  |
| «Волшебные | на голове и руках, проходить станции | ценностей и чувств, разви- |  |
| елочки» | круговой тренировки, играть в по- | тие навыков сотрудничества |  |
|  | движную игру «Волшебные елочки» | со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях |  |
| Знать, как вы- | *Коммуникативные:* эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |
| полнять лазанье | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |
| и перелезание | тивной кооперации. | личностного смысла уче- |  |
| на гимнастиче- | *Регулятивные:* самостоятельно фор- | ния, формирование эсте- |  |
| ской стенке, вис | мулировать познавательные цели, | тических потребностей, |  |
| завесом одной | находить и выделять необходимую | ценностей и чувств |  |
| и двумя ногами | информацию. |  |  |
| на перекладине, | *Познавательные:* лазать и перелезать |  |  |
| правила по- | на гимнастической стенке, висеть |  |  |
| движной игры | завесом одной и двумя ногами, играть |  |  |
| « Белочка-защит- | в подвижную игру «Белочка-защит- |  |  |
| ница» | ница» |  |  |
| Знать, какие ва- | *Коммуникативные:* слушать и слышать | Развитие мотивов учебной |  |
| рианты лазанья | друг друга и учителя, работать в группе. | деятельности и осознание |  |
| и перелезания | *Регулятивные:* осознавать самого себя | личностного смысла уче- |  |
| по гимнасти- | как движущую силу своего научения, | ния, развитие самостоятель- |  |
| ческой стенке | свою способность к преодолению пре- | ности и личной ответствен- |  |
| существуют, как | пятствий и самокоррекции. | ности за свои поступки, |  |
| выполнять вис | *Познавательные:* лазать и перелезать | формирование эстетических |  |
| завесом одной | по гимнастической стенке, висеть | потребностей, ценностей |  |
| и двумя ногами | завесом одной и двумя ногами, играть | и чувств |  |
| на перекладине, | в подвижную игру «Белочка-защит- |  |  |
| правила по- | ница» |  |  |
| движной игры |  |  |  |
| «Белочка-защит- |  |  |  |
| ница» |  |  |  |
| Знать технику | *Коммуникативные:* сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
| прыжков в ска- | в ходе групповой работы. | деятельности и осозна- |  |
| калку, правила | *Регулятивные:* видеть ошибку и ис- | ние личностного смысла |  |
| подвижной игры | правлять ее по указанию взрослого, | учения, развитие само- |  |
| «Горячая линия» | осуществлять действие по образцу | стоятельности и личной |  |
|  | и заданному правилу. | ответственности за свои |  |
|  | *Познавательные:* прыгать со скакалкой | поступки на основе пред- |  |
|  | и в скакалку, играть в подвижную игру | ставлений о нравственных |  |
|  | «Горячая линия» | нормах, социальной спра­ведливости и свободе, фор­мирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40 | 9.12 |  | Прыжки в скакалку в тройках  Комбини­рованный | Разминка со скакалка­ми, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия» |
| 41 | 12.12 |  | Лазанье по канату в три прие­ма  Комбини­рованный | Разминка со скакалка­ми, прыжки в скакал­ку в тройках, лазанье по канату в три приема, подвижная игра «Будь осторожен» |
| 42 | 13.12 |  | Круговая тренировка  ] *<*  Репродук­тивный  :1 | Разминка со скакалками, круговая тренировка, подвижная игра «Будь осторожен» |
| 43 | 16.12 |  | Упраж­нения на гимна­стическом бревне  Комбини­рованный | Разминка, направленная на развитие координа­ции движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимна­стическом бревне, по­движная игра «Шмель» |
| 44 | 19.12 |  | Упраж­нения на гимна­стических кольцах  Комбини­рованный | Разминка, направленная на развитие координа­ции движений, упражне­ния на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешоч­ком на голове» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |
| полнять прыжки | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |
| **в** скалку и прыж- | тивной кооперации, слушать и слы- | личностного смысла уче- |  |
| ки в скакалку | шать друг друга. | ния, развитие самостоятель- |  |
| в тройках, пра- | ***Регулятивные:*** проектировать траекто- | ности и личной ответствен- |  |
| вила подвижной | рии развития через включение в новые | ности за свои поступки |  |
| игры «Горячая | виды деятельности и формы сотруд- | на основе представлений |  |
| линия» | ничества. | о нравственных нормах, |  |
|  | ***Познавательные:*** прыгать в скакалку | социальной справедливости |  |
|  | в одиночку и в тройках, играть в по- | и свободе, формирование |  |
|  | движную игру «Горячая линия» | эстетических потребностей, ценностей *и чувств* |  |
| Знать, как пры- | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
| гать в скакалку | полнотой и точностью выражать свои | деятельности и осознание |  |
| в тройках, лазать | мысли в соответствии с задачами | личностного смысла уче- |  |
| по канату в три | и условиями коммуникации. | ния, развитие самостоятель- |  |
| приема, правила | ***Регулятивные:*** осознавать самого себя | ности и личной ответствен- |  |
| подвижной игры | как движущую силу своего научения, | ности за свои поступхи |  |
| «Будь осторо- | свою способность к преодолению пре- | на основе представлений |  |
| жен» | пятствий и самокоррекции. | о нравственных нормах, |  |
|  | ***Познавательные:*** прыгать в скакалку | социальной справедливости |  |
|  | в тройках, лазать по канату в три прие- | и свободе, формирование |  |
|  | ма, играть в подвижную игру «Будь | эстетических потребностей, |  |
|  | осторожен» | ценностей и чувств |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать | Развитие мотивов учебной |  |
| ходить станции | друг друга и учителя, устанавливать | деятельности и осознание |  |
| круговой трени- | рабочие отношения. | личностного смысла учения, |  |
| ровки, правила | ***Регулятивные:*** самостоятельно форму- | развитие самостоятельности |  |
| подвижной игры | лировать познавательные цели. | и личной ответственности |  |
| «Будь осторо- | ***Познавательные:*** проходить станции | за свои поступки на основе |  |
| жен» | круговой тренировки, играть в по- | представлений о нравствен- |  |
|  | движную игру «Будь осторожен» | ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |  |
| Знать, как вы- | ***Коммуникативные:*** представлять | Развитие мотивов учебной |  |
| полнять прыжки | конкретное содержание и сообщать | деятельности и осознание |  |
| в скакалку в дви- | его в устной форме, добывать недо- | личностного смысла уче- |  |
| жении, какие | стающую информацию с помощью | ния, принятие и освоение |  |
| упражнения | вопросов. | социальной роли обучаю- |  |
| можно выпол- | ***Регулятивные:*** определять новый | щегося, формирование |  |
| нять на гим- | уровень отношения к самому себе как | эстетических потребностей, |  |
| настическом | субъекту деятельности. | ценностей и чувств |  |
| бревне, правила | ***Познавательные:*** прыгать в скакалку |  |  |
| подвижной игры | в движении, выполнять упражнения |  |  |
| «Шмель» | на бревне, играть в подвижную игру «Шмель» |  |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнять | в ходе групповой работы. | деятельности и осознание |  |
| упражнения | ***Регулятивные:*** контролировать свою | личностного смысла уче- |  |
| на гимнасти- | деятельность по результату, осуществ- | ния, развитие самостоятель- |  |
| ческих кольцах | лять действие по образцу и заданному | ности и личной ответствен- |  |
| и бревне, пра- | правилу. | ности за свои поступки |  |
| вила подвижной | ***Познавательные:*** выполнять упраж- | на основе представлений |  |
| игры «Ловишка | нения на гимнастических кольцах | о нравственных нормах, |  |
| с мешочком | и бревне, играть в подвижную игру | социальной справедливости |  |
| на голове» | «Ловишка с мешочком на голове» | и свободе, формирование эстетических потребностей, |  |
|  |  | ценностей и чувств | . „ |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |
| **45** | 20.12 |  | Круговая тренировка | Разминка в движении, комбинация на гимна­стических кольцах, уп­ражнения на гимнасти­ческом бревне, круговая тренировка, подвижная **игра** «Салки с домиками» |
| **46** | 23.12 |  | Лазанье по наклон­ной гимна­стической скамейке  Комбини­рованный | Разминка в движении, варианты лазанья по на­клонной гимнастической скамейке, подвижная игра «Белочка-защит­ница» |
| **47** | 26.12 |  | Варианты вращения обруча  Комбини­рованный | Разминка с обручами, лазанье по наклонной гимнастической скамей­ке, варианты вращения обруча, подвижная игра «Перебежки с мешочком на голове» |
| **48** | 27.12 |  | Круговая тренировка  Репродук­тивный | Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры |
| **Лыжная подготовк** | | |  |  |
| 49 | 13.1 |  | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах без лыж­ных **палок**  Комбини­рованный | Организационно-мето­дические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и ме­тод ее подбора, ступаю­щий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать комби- | *Коммуникативные:* сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
| нацию на гим- | в ходе групповой работы. | деятельности и осознание |  |
| настических | *Регулятивные:* владеть средствами са- | личностного смысла уче- |  |
| кольцах, как | морегуляции. | ния, развитие самостоятель- |  |
| выполнять | *Познавательные:* выполнять комбина- | ности и личной ответствен- |  |
| упражнения | цию на кольцах и упражнения на брев- | ности за свои поступки |  |
| на гимнасти- | не, проходить станции круговой | на основе представлений |  |
| ческом бревне, | тренировки, играть в подвижную игру | о нравственных нормах, |  |
| как проходить | «Салки с домиками» | социальной справедливости |  |
| станции круго- |  | и свободе, формирование |  |
| вой тренировки, |  | эстетических потребностей, |  |
| правила подвиж- |  | ценностей и чувств, форми- |  |
| ной игры «Салки |  | рование установки на без- |  |
| с домиками» |  | опасный и здоровый образ жизни |  |
| Знать технику | *Коммуникативные:* оречевлять содер- | Развитие мотивов учебной |  |
| лазанья по на- | жание совершаемых действий. | деятельности и осознание |  |
| клонной гимна- | *Регулятивные:* определять новый | личностного смысла уче- |  |
| стической ска- | уровень отношения к самому себе как | ния, развитие самостоятель- |  |
| мейке, правила | субъекту деятельности. | ности и личной ответствен- |  |
| подвижной игры | *Познавательные:* лазать по наклонной | ности за свои поступки |  |
| «Белочка-защит- | гимнастической скамейке разными | на основе представлений |  |
| ница» | способами, играть в подвижную игру | о нравственных нормах, |  |
|  | «Белочка-защитница» | социальной справедливости и свободе |  |
| Знать техни- | *Коммуникативные:* работать в группе, | Развитие мотивов учебной |  |
| ку лазанья | добывать недостающую информацию | деятельности и осознание |  |
| по наклонной | с помощью вопросов. | личностного смысла уче- |  |
| гимнастиче- | *Регулятивные:* осуществлять действие | ния, развитие самостоятель- |  |
| ской скамейке, | по образцу и заданному правилу, со- | ности и личной ответствен- |  |
| различные вари- | хранять заданную цель. | ности за свои поступки |  |
| анты вращения | *Познавательные:* лазать по наклонной | на основе представлений |  |
| обруча, правила | гимнастической скамейке, вращать | о нравственных нормах, |  |
| подвижной игры | обруч различными способами, играть | социальной справедливости | . |
| «Перебежки | в подвижную игру «Перебежки с ме- | и свободе, формирование |  |
| с мешочком | шочком на голове» | эстетических потребностей, |  |
| на голове» |  | ценностей и чувств |  |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* уважать иное мне- | Развитие мотивов учебной |  |
| ходить станции | ние, обосновывать свою точку зрения | деятельности и осознание |  |
| круговой трени- | и доказывать собственное мнение. | личностного смысла уче- |  |
| ровки, как выби- | *Регулятивные:* самостоятельно фор- | ния, развитие самостоятель- |  |
| рать подвижные | мулировать познавательные цели, | ности и личной ответствен- |  |
| игры, учитывая | находить и выделять необходимую | ности за свои поступки |  |
| общие интересы | информацию. | на основе представлений |  |
|  | *Познавательные:* проходить станции | о нравственных нормах, |  |
|  | круговой тренировки, выбирать по- | социальной справедливости |  |
|  | движные игры и играть в них | и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
|  |  |  | |
| Знать, какие | *Коммуникативные:* эффективно | Развитие мотивов учебной |  |
| организацион- | сотрудничать и способствовать про- | деятельности и осознание |  |
| но-методические | дуктивной кооперации, представлять | личностного смысла уче- |  |
| требования | конкретное содержание и сообщать | ния, принятие и освоение |  |
| применяются | его в устной форме. | социальной роли обучаю- |  |
| на уроках лыж- | *Регулятивные:* определять новый | щегося, развитие навыков |  |
| ной подготовки, | уровень отношения к самому себе как | сотрудничества со сверст- |  |
| какую спортив- | субъекту деятельности, находить и вы- | никами и взрослыми в раз- |  |
| ную форму на- | делять необходимую информацию. | ных социальных ситуациях |  |
| девать в зимнее | *Познавательные:* рассказывать об ор- |  |  |
| время, как | ганизационно-методических требова- |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  |  |  |  |  |  |
|  | 50 | 16.1 |  | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах с лыжными палками  Комбини­рованный | Пристегивание креп­лений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них |
|  | 51 | 17.1 |  | Повороты на лыжах пересту-панием и прыжком  Комбини­рованный | Повороты на лыжах пе­реступанием и прыжком, ступающий и скользя­щий шаг на лыжах с пал­ками и без них |
|  | 52 | 20.1 |  | Попере­менный двухшаж-ный ход на лыжах  Комбини­рованный | Поворот на лыжах пере­ступанием и прыжком, попеременный двухшаж-ный ход на лыжах, сту­пающий и скользящий шаг на лыжах |
|  | 53 | 23.1 |  | Одновре­менный двухшаж-ный ход на лыжах  Комбини­рованный | Попеременный двух-шажный ход на лыжах, одновременный двух-шажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах |
|  | 54 | 24.1 |  | Подъем «полу­елочкой» и «елоч­кой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах  Репродук­тивный | Одновременный двух-шажный и попере­менный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елоч­кой», спуск в основной стойке на лыжах |
|  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| подбирать ин- | ниях, применяемых на уроках лыжной |  |  |
| вентарь, технику | подготовки, передвигаться на лыжах |  |  |
| ступающего | ступающим и скользящим шагом |  |  |
| и скользящего |  |  |  |
| шага без лыжных |  |  |  |
| палок |  |  |  |
| Знать, как | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
| пристегивать | полнотой и точностью выражать свои | деятельности и осознание |  |
| крепления, как | мысли в соответствии с задачами | личностного смысла уче- |  |
| передвигать- | и условиями коммуникации. | ния, развитие самостоятель- |  |
| ся на лыжах | *Регулятивные:* сохранять заданную | ности и личной ответствен- |  |
| ступающим | цель, контролировать свою деятель- | ности за свои поступки |  |
| и скользящим | ность по результату. | на основе представлений |  |
| шагом с лыж- | *Познавательные:* пристегивать лыж- | о нравственных нормах, |  |
| ными палками | ные крепления, передвигаться на лы- | социальной справедливости |  |
| и без них | жах ступающим и скользящим шагом | и свободе, формирование |  |
|  | с лыжными палками и без них | эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
| Знать, как вы- | *Коммуникативные:* сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
| полнять поворо- | в ходе групповой работы, слушать | деятельности и осознание |  |
| ты переступани- | и слышать друг друга. | личностного смысла уче- |  |
| ем и прыжком, | *Регулятивные:* осуществлять действие | ния, развитие самостоятель- |  |
| технику передви- | по образцу и заданному правилу, со- | ности и личной ответствен- |  |
| жения на лыжах | хранять заданную цель. | ности за свои поступки |  |
| разными ходами | *Познавательные:* поворачиваться | на основе представлений |  |
|  | на лыжах переступанием и прыжком, | о нравственных нормах, |  |
|  | передвигаться на лыжах различными | социальной справедливости |  |
|  | ходами | и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
| Знать, как вы- | *Коммуникативные:* сотрудничать | Развитие мотивов учебной |  |
| полнять пово- | в ходе групповой работы, слушать | деятельности и осозна- |  |
| роты на лыжах | и слышать друг друга. | ние личностного смысла |  |
| переступанием | *Регулятивные:* осуществлять действие | учения, развитие навыков |  |
| и прыжком, | по образцу и заданному правилу, со- | сотрудничества со сверст- |  |
| технику передви- | хранять заданную цель. | никами и взрослыми в раз- |  |
| жения на лыжах | *Познавательные:* поворачиваться | ных социальных ситуациях, |  |
| попеременным | на лыжах прыжком и переступанием, | формирование установки |  |
| двухшажным хо- | передвигаться на лыжах поперемен- | на безопасный и здоровый |  |
| дом, скользящим | ным двухшажным ходом, скользящим | образ жизни |  |
| и ступающим | и ступающим шагом |  |  |
| шагом |  |  |  |
| Знать технику | *Коммуникативные:* добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
| передвижения | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |
| попеременным | просов, слушать и слышать друг друга | личностного смысла уче- |  |
| и одновремен- | и учителя. | ния, принятие и освоение |  |
| ным двухшаж- | *Регулятивные:* видеть ошибку и ис- | социальной роли обучаю- |  |
| ным ходом, как | правлять ее по указанию взрослого. | щегося, развитие этических |  |
| распределять | *Познавательные:* передвигаться по- | чувств, доброжелательности |  |
| силы на дистан- | переменным и одновременным двух- | и эмоционально-нравствен- |  |
| ции 1 км | шажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах | ной отзывчивости |  |
| Знать техни- | *Коммуникативные:* слушать и слышать | Развитие мотивов учебной |  |
| ку изученных | друг друга и учителя. | деятельности и осознание |  |
| лыжных ходов, | *Регулятивные:* самостоятельно форму- | личностного смысла уче- |  |
| технику подъема | лировать познавательные цели. | ния, развитие этических |  |
| «полуелочкой» | *Познавательные:* передвигаться од- | чувств, формирование уста- |  |
| и «елочкой», | новременным двухшажным и попе- | новки на безопасный и здо- |  |
| технику спуска | ременным двухшажным лыжными | ровый образ жизни |  |
| в основной стой- | ходами, подниматься на склон «по- |  |  |
| ке на лыжах | луелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 55 | 27.1 |  | Подъем «лесенкой» и тормо­жение «плугом» на лыжах  Комбини­рованный | Подъем на склон «елоч­кой», «полуелочкой», «лесенкой», торможение «плугом» |
| 56 | 30.1 |  | Передви­жение и спуск на лыжах «змейкой»  Комбини­рованный | Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змей­кой», различные вари­анты подъема на склон, спуск со склона в основ­ной стойке |
| 57 | 31.1 |  | Подвижная игра на лы­жах «Нака­ты»  Комбини­рованный | Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змей­кой», подвижная игра «Накаты» |
| 58 | 3.02 |  | Спуск на лыжах со склона в низкой стойке  Комбини­рованный | Спуск на лыжах в при­седе, подвижная игра «Накаты», передвижение на лыжах различными ходами |
| 59 | 6.02 |  | Прохожде­ние дистан­ции 1,5 км на лыжах  Комбини­рованный | Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со скло­на в низкой стойке |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| Знать тех- | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
| нику подъе- | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |
| ма на склон | просов, слушать и слышать друг друга | личностного смысла уче- |  |
| «елочкой», | и учителя. | ния, развитие самостоятель- |  |
| «полуелочкой», | *Регулятивные:* самостоятельно форму- | ности и личной ответствен- |  |
| «лесенкой», тех- | лировать познавательные цели. | ности за свои поступки |  |
| нику торможе- | ***Познавательные:*** подниматься | на основе представлений |  |
| ния «плугом» | на склон «елочкой», «полуелочкой», | о нравственных нормах, |  |
|  | «лесенкой», тормозить на лыжах «плу- | социальной справедливости |  |
|  | гом» | и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, форми­рование установки на без­опасный и здоровый образ жизни |  |
| Знать, как пе- | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие этических чувств, |  |
| редвигаться | стающую информацию с помощью во- | доброжелательности и эмо- |  |
| на лыжах, как | просов, слушать и слышать друг друга | ционально-нравственной |  |
| передвигаться | и учителя. | отзывчивости, развитие |  |
| и спускаться | ***Регулятивные:*** видеть ошибку и ис- | умений не создавать кон- |  |
| со склона на лы- | правлять ее по указанию взрослого. | фликты и находить выходы |  |
| жах «змейкой», | ***Познавательные:*** передвигаться на лы- | из спорных ситуаций, фор- |  |
| как подниматься | жах, спускаться со склона «змейкой» | мирование эстетических |  |
| на склон различ- | и в основной стойке, подниматься | потребностей, ценностей |  |
| ными способами | на склон различными способами | и чувств |  |
| Знать, как пере- | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие этических чувств, |  |
| двигаться на лы- | стающую информацию с помощью во- | доброжелательности и эмо- |  |
| жах, спускаться | просов, слушать и слышать друг друга | ционально-нравственной |  |
| на лыжах «змей- | и учителя. | отзывчивости, развитие |  |
| кой», правила | *Регулятивные:* контролировать свою | умений не создавать кон- |  |
| подвижной игры | деятельность по результату. | фликты и находить выходы |  |
| на лыжах «На- | *Познавательные:* передвигаться на лы- | из спорных ситуаций, раз- |  |
| каты» | жах, спускаться со склона «змейкой», | витие самостоятельности |  |
|  | играть в подвижную игру на лыжах | и личной ответственности |  |
|  | «Накаты» | за свои поступки на основе представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе |  |
| Знать технику | *Коммуникативные:* добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
| спуска на лыжах | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |
| в приседе, техни- | просов, слушать и слышать друг друга | личностного смысла уче- |  |
| ку передвижения | и учителя. | ния, развитие самостоятель- |  |
| на лыжах, пра- | ***Регулятивные:*** осознавать самого себя | ности и личной ответствен- |  |
| вила подвижной | как движущую силу своего научения, | ности за свои поступки |  |
| игры «Накаты» | свою способность к преодолению пре- | на основе представлений |  |
|  | пятствий и самокоррекции. | о нравственных нормах, |  |
|  | *Познавательные:* спускаться на лыжах | социальной справедливости |  |
|  | **в** приседе, передвигаться на лыжах, | и свободе, формирование |  |
|  | играть в подвижную игру «Накаты» | эстетических потребностей, ценностей и чувств |  |
| Знать, как рас- | ***Коммуникативные:*** устанавливать | Развитие этических чувств, |  |
| пределять силы | рабочие отношения, содействовать | доброжелательности и эмо- |  |
| для прохожде- | сверстникам в достижении цели. | ционально-нравственной |  |
| ния дистанции | ***Регулятивные:*** самостоятельно форму- | отзывчивости; развитие са- |  |
| 1,5 км на лыжах, | лировать познавательные цели, сохра- | мостоятельности и личной |  |
| технику спуска | нять заданную цель. | ответственности за свои |  |
| со склона в низ- | ***Познавательные:*** проходить ди- | поступки на основе пред- |  |
| кой стойке | станцию 1,5 км на лыжах, кататься | ставлений о нравственных |  |
|  | со склона в низкой стойке | нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | | 5 |
| 60 | 7.02 |  | Контроль­ный урок по лыжной подготовке  Кон­трольный | | Ступающий, скользящий шаг на лыжах, попере­менный двухшажный и одновременный двух­шажный лыжные ходы, повороты переступанием и прыжком на лыжах, передвижение на лы­жах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск со склона в низкой стойке |
|  | | | |
| 61 | 10.2 |  | Сту-  пающий  и скользя-  щий шаг  на лыжах без палок  Комби-  нирован-  ный | | Организационно-  методические требо-  вания, ступающий  и скользящий шаг  на лыжах без палок |
| 62 | 13.2 |  | Повороты  пересту-  панием  на лыжах  без палок  Комби-  нирован-  ный | | Ступающий и сколь-  зящий шаг на лыжах  без палок, техника по-  ворота переступанием  на лыжах без палок |
| 63 | 14.2 |  | Сту-  пающий  и скользя-  щий шаг  на лыжах  с палками  Комби-  нирован-  ный | | Работа рук с лыжны-  ми палками, ходьба  на лыжах ступающим  и скользящим шагом  как без лыжных па-  лок, так и с ними |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Знать, как пе-  редвигаться  на лыжах различ-  ными ходами,  как поворачи-  ваться на лыжах  переступанием  и прыжками, как  передвигаться  на лыжах «змей­кой», как подни­маться на склон «лесенкой» и спу­скаться со склона **в** низкой стойке | ***Коммуникативные:*** эффективно со-  трудничать и способствовать продук-  тивной кооперации, устанавливать  рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** самостоятельно фор-  мулировать познавательные цели, аде-  кватно понимать оценку взрослого.  ***Познавательные:*** передвигаться на лы-  жах, выполнять поворот переступани-  ем и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лы­жах «змейкой» | Развитие этических чувств,  доброжелательности и эмо-  ционально-нравственной  отзывчивости, развитие са-  мостоятельности и личной  ответственности за свои  поступки на основе пред-  ставлений о нравственных  нормах, социальной спра-  ведливости и свободе |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  | |  |  |  |
| *\*\* | Выполнять ор-  ганизационные  требования  на уроках,  посвященных  лыжной подго-  товке, готовить  лыжный ин-  вентарь к экс-  плуатации,  знать технику  передвижения  ступающим  и скользящим  шагом на лы-  жах без палок | ***Коммуникативные:*** эффективно  сотрудничать и способствовать  продуктивной кооперации, рабо-  тать в группе, добывать недостаю-  щую информацию с помощью  вопросов.  ***Регулятивные:*** владеть средствами  саморегуляции, сохранять задан-  ную цель.  ***Познавательные:*** пристегивать  крепления, передвигаться сколь-  зящим и ступающим шагом на **лы-**  жах без палок | Развитие мотивов учеб-  ной деятельности и осо-  знание личностного  смысла учения, принятие  и освоение социальной  роли обучающегося, раз-  витие навыков сотрудни-  чества со сверстниками  и взрослыми в разных  социальных ситуациях |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  | Знать, как  пристегивать  крепления, как  выполняются  передвиже-  ние на лыжах  без палок  ступающим  и скользящим  шагом, пово-  рот переступа-  нием на лыжах  **без** палок | ***Коммуникативные:*** слушать и слы-  шать друг друга, устанавливать  рабочие отношения, работать  в группе.  *Регулятивные:* определять новый  уровень отношения к самому себе  как субъекту деятельности, кон-  тролировать процесс и оценивать  результат своей деятельности.  ***Познавательные:*** самостоятельно  пристегивать лыжные крепле-  ния, передвигаться ступающим  и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах пе-реступанием без палок | Принятие и освоение  социальной роли об-  учающегося, развитие  этических чувств, добро-  желательности и эмоцио-  нально-нравственной от-  зывчивости, сочувствия  другим людям |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  | Знать, как ра-  ботают руки  с лыжными  палками, как  передвигаться  ступающим  и скользящим  шагом как  с лыжными  палками, так  и без них | ***Коммуникативные:*** добывать недо-  стающую информацию с помощью  вопросов, сотрудничать со сверст-  никами и взрослыми.  ***Регулятивные:*** сохранять заданную  цель, адекватно оценивать свои  действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** пользоваться  лыжными палками, передвигаться  на лыжах ступающим и скользя-  щим шагом как без лыжных палок, так и с ними | Развитие мотивов учеб-  ной деятельности и осо-  знание личностного  смысла учения, развитие  навыков сотрудни-  чества со сверстниками  и взрослыми в разных  социальных ситуациях,  формирование установки  на безопасный и здоро-  вый образ жизни |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 64 | 17.2 |  | Тормо-  жение  падением  на лыжах  с палками  Комби-  нирован-  ный | Передвижение на лы-  жах ступающим  и скользящим шагом  с палками и без них,  торможение падени­ем, подвижная игра «Салки на снегу» |
| 65  66 | 20.2 |  | Подвиж­ная игра «Белочка-защитни­ца»  Репро­дуктив­ный | Разминка с обручами, лазанье по гимнасти­ческой стенке, по­движная игра «Белоч­ка-защитница» |
| 67  68 | 21.2 |  | Броски и ловля мяча в па­рах  Комби­нирован­ный | Разминка в парах, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Ловишка с мя­чом и защитниками» |
| 69 | 24.2 |  | Броски мяча в баскет­больное кольцо способом «снизу»  Комби­нирован­ный | Разминка с мячами в парах, техника брос­ка мяча в баскетболь­ное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мя­чом и защитниками» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | **7** | 8 | 9 |
| Знать технику  передвижения  на лыжах, как  рассчитывать  свои силы при  прохождении  дистанции  1 км, играть  в подвижную  игру «Салки  на снегу» | ***Коммуникативные:*** с достаточной  полнотой и точностью выражать  свои мысли в соответствии с зада-  чами и условиями коммуникации.  ***Регулятивные:*** самостоятельно  формировать познавательные  цели, сохранять заданную цель.  *Познавательные:* проходить ди-  станцию 1 км, играть в подвижную  игру «Салки на снегу» | Развитие этических  чувств, доброжелатель-  ности и эмоционально-  нравственной отзывчи-  вости, сочувствия другим  людям, формирование  установки на безопасный  и здоровый образ жизни |  |
|  |
|  |
|  | | | |
| Знать техни-  ку лазанья  по гимнасти-  ческой стенке,  правила игры  «Белочка-за-  щитница» | ***Коммуникативные:*** слушать и слу-  шать друг друга, устанавливать  рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** самостоятельно  формулировать познавательные  цели,сохранять заданную цель.  ***Познавательные:*** лазать по гим­настической стенке, играть в по-  движную игру «Белочка-защитни­ца» | Развитие навыков со-  трудничества со сверст-  никами **и** взрослыми  в разных социальных  ситуациях, умение не со-  здавать конфликты и на-  ходить выходы из спор­ных ситуаций |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Знать, как  выполняются  броски и ловля  мяча в парах,  правила по-  движной игры  «Ловишка  с мячом и за-  щитниками» | *Коммуникативные:* эффективно  сотрудничать и способствовать  продуктивной *кооперации,* управ-  лять поведением партнера (конт-  роль, коррекция, оценка действий  партнера, умение убеждать).  *Регулятивные:* проектировать тра-  ектории развития через включение  в новые виды деятельности и фор-  мы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и дейст­вия партнеров.  *Познавательные:* выполнять брос­ки и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Ловишка с мя­чом и защитниками» | Развитие мотивов учеб-  ной деятельности и осо-  знание *ЛИЧНОСТНОГО*  смысла учения, развитие  этических чувств, доб-  рожелательности и эмо-  ционально-нравственной  отзывчивости, развитие  навыков сотрудничества  со сверстниками |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| Знать, как  выполняется  бросок мяча  в баскетболь-  ное кольцо  способом «сни-  зу», правила  подвижной  игры «Ловишка  с мячом и за-  щитниками» | *Коммуникативные:* с достаточной  полнотой и точностью выражать  свои мысли в соответствии с зада-  чами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* осуществлять дей-  ствия по образцу и заданному пра-  вилу, сохранять заданную цель.  *Познавательные:* выполнять бро-  сок мяча в баскетбольное кольцо  способом «снизу», играть в по-  движную игру «Ловишка с мячом  и защитниками» | Развитие мотивов учеб-  ной деятельности и осо-  знание личностного  смысла учения, принятие  и освоение социальной  роли обучающегося, раз-  витие этических чувств,  доброжелательности  и эмоционально-нрав-  ственной отзывчивости,  развитие навыков со-  трудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |  |
| 70 | 27.2 |  | Броски мяча в баскет­больное кольцо способом «сверху»  Комби­нирован­ный | Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное коль­цо способами «снизу» и «сверху», подвижная игра «Вышибалы» |  |
| **Легкая атлетика** | | | | **.** |  |
| 71 | 28.2 |  | Полоса препят­ствий  Комбини­рованный | Разминка в движении, полоса препятствий, по­движная игра «Удочка» |  |
| 72 | 3.03 |  | Усложнен­ная полоса препят­ствий  Комбини­рованный | Разминка в движении, полоса препятствий, по­движная игра «Совушка» |  |
| 73 | 6.03 |  | Прыжок в высоту с прямого разбега  Комбини­рованный | Разминка с гимнастиче­скими скамейками, пры­жок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями» |  |
| **74** | 7.03 |  | Прыжок в высоту с прямого разбега на резуль­тат  Комбини­рованный | Разминка со скамейка­ми, прыжок в высоту с прямого разбега на ре­зультат, подвижная игра «Вышибалы с кеглями» |  |
| 75 | 10.3 |  | Прыжок в высоту спиной вперед  Комбини­рованный | Разминка с переверну­тыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту с пря­мого разбега, подвижная игра «Штурм» |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | **7** | 8 | 9 |
| Знать, как вы-  полняется бро-  сок мяча в бас-  кетбольное  кольцо спосо-  бами «снизу»  и «сверху»,  правила по-  движной игры  «Вышибалы» | *Коммуникативные:* слушать и слы-  шать друг друга, с достаточной  полнотой и точностью выражать  свои мысли в соответствии с зада-  чами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* контролировать  свою деятельность по результату,  осуществлять действия по образцу  и заданному правилу.  *Познавательные:* бросать мяч  в баскетбольное кольцо способами  «снизу» и «сверху», играть в по-  движную игру «Вышибалы» | Развитие мотивов учеб-  ной деятельности и осо-  знание личностного  смысла учения, принятие  и освоение социальной  роли обучающегося, раз-  витие навыков сотрудни-  чества со сверстниками  и взрослыми в разных  социальных ситуациях,  развитие самостоятель-  ности и личной ответ-  ственности |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | |
| Знать, **как** пре- | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
| одолевать полосу | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |
| препятствий, | просов, слушать и слышать учителя. | личностного смысла уче- |  |
| правила подвиж-. | *Регулятивные:* проектировать траекто- | ния, принятие и освоение |  |
| ной игры «Удоч- | рии развития через включение в новые | социальной роли обучаю- |  |
| ка» | виды деятельности и формы сотруд- | щегося, развитие этических |  |
|  | ничества. | чувств, доброжелательности |  |
|  | ***Познавательные:*** преодолевать полосу | и эмоционально-нравствен- |  |
|  | препятствий, играть в подвижную игру «Удочка» | ной отзывчивости |  |
| Знать, как | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |
| преодолевать | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |
| усложненную | просов, слушать и слышать учителя. | личностного смысла уче- |  |
| полосу препят- | *Регулятивные:* проектировать траекто- | ния, принятие и освоение |  |
| ствий, правила | рии развития через включение в новые | социальной роли обучаю- |  |
| подвижной игры | виды деятельности и формы сотруд- | щегося, развитие этических |  |
| «Совушка» | ничества. | чувств, доброжелательности |  |
|  | ***Познавательные:*** преодолевать полосу | и эмоционально-нравствен- |  |
|  | препятствий, играть в подвижную игру «Совушка» | ной отзывчивости |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
| прыжка в вы- | полнотой и точностью выражать свои | деятельности и осознание |  |
| соту с прямого | мысли в соответствии с задачами | личностного смысла уче- |  |
| разбега, правила | и условиями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |
| подвижной игры | ***Регулятивные:*** видеть ошибку и ис- | социальной роли обучаю- |  |
| «Вышибалы | правлять ее по указанию взрослого, | щегося, развитие навыков |  |
| с кеглями» | сохранять заданную цель. | сотрудничества со сверст- |  |
|  | *Познавательные:* прыгать в высоту | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | с прямого разбега, играть в подвиж­ную игру «Вышибалы с кеглями» | ных социальных ситуациях |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие мотивов учебной |  |
| прыжка в высоту | кретное содержание **и** сообщать его | деятельности и осознание |  |
| с разбега, пра- | в устной форме. | личностного смысла уче- |  |
| вила подвижной | ***Регулятивные:*** определять новый | ния, принятие и освоение |  |
| игры «Вышиба- | уровень отношения к самому себе как | социальной роли обучаю- |  |
| лы с кеглями» | субъекту деятельности, сохранять за- | щегося, развитие навыков |  |
|  | данную цель. | сотрудничества со сверст- |  |
|  | ***Познавательные:*** прыгать **в** высоту | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями» | ных социальных ситуациях |  |
| Знать, как пры- | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие мотивов учебной |  |
| гать в высоту | полнотой и точностью выражать свои | деятельности и осознание |  |
| спиной вперед | мысли в соответствии с задачами | личностного смысла уче- |  |
| и с прямого раз- | и условиями коммуникации. | ния, развитие самостоятель- |  |
| бега, правила | ***Регулятивные:*** контролировать свою | ности и личной ответствен- |  |
| подвижной игры | деятельность по результату, сохранять | ности за свои поступки |  |
| «Штурм» | заданную цель. | на основе представлений |  |
|  | ***Познавательные:*** прыгать в высоту | о нравственных нормах, |  |
|  | спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм» | справедливости и свободе |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** | 5 |
|  | **76** | 13.3 |  | Прыжки на мячах-хопах  Комбини­рованный | Разминка в парах с мя­чами-хопами, прыжки на мячах-хопах, по­движная игра «Ловишка на хопах» |
|  | **Подвижные игры** | | | | ! |
|  | **77** | 14.3 |  | Эстафеты с мячом  Комбини­рованный | Разминка с мячами-хо­пами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами |
|  | **78** | 17.3 |  | Подвиж­ные игры  Комбини­рованный | Беговая разминка, по­движные игры, подведе­ние итогов четверти |
|  | **Подвижные и спортивные игры** | | | |  |
|  | 79 | 20.3 | { | Броски мяча через волейболь­ную сетку  **1 i**  Комбини­рованный | Разминка с мячами, броски мяча через волей­больную сетку, подвиж­ная игра «Вышибалы через сетку» |
|  | 80 | 21.3 |  | Подвижная игра «Пио­нербол»  Комбини­рованный | Разминка с мячами, по­движная игра «Пионер­бол», броски мяча через волейбольную сетку |
|  | **81** |  | |  |  |
|  |  | 31.3 |  | Волейбол как вид спорта  Комбини­рованный | Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол», волей­больные упражнения, подвижная игра «Пио­нербол» |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать | Развитие навыков сотруд- |  |  |
| прыжков на мя- | друг друга и учителя, управлять пове- | ничества со сверстниками |  |  |
| чах-хопах, пра- | дением партнера (контроль, коррек- | и взрослыми в разных |  |  |
| вила подвижной | ция, умение убеждать). | социальных ситуациях, |  |  |
| игры «Ловишка | ***Регулятивные:*** проектировать траекто- | формирование установки |  |  |
| на хопах» | рии развития через включение в новые виды деятельности и формы сотруд­ничества.  ***Познавательные:*** прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ло-вишка на хопах» | на безопасный и здоровый образ жизни |  | - ■ |
|  |  |  | |  |
| **Знать** различ- | *Коммуникативные:* эффективно со- | **Развитие** навыков сотруд- |  |  |
| ные варианты | трудничать и способствовать продук- | ничества со сверстниками |  |  |
| эстафет с мячом, | тивной кооперации. | и взрослыми в разных |  |  |
| правила подвиж- | ***Регулятивные:*** сохранять заданную | социальных ситуациях, |  |  |
| ных игр с мяча- | цель, осуществлять действие по образ- | формирование установки |  |  |
| ми-хопами | цу и заданному правилу. | на безопасный и здоровый |  |  |
|  | ***Познавательные:*** участвовать в эстафе­тах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами | образ жизни |  |  |
| Знать **все** | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать | Развитие этических чувств, |  |  |
| изученные по- | друг друга и учителя, уважать **иное** | доброжелательности и эмо- |  |  |
| движные игры, | мнение. | ционально-нравственной |  |  |
| как выбирать | ***Регулятивные:*** самостоятельно фор- | отзывчивости, развитие |  |  |
| одну из них, как | мулировать познавательные цели, | навыков сотрудничества |  |  |
| подводить итоги | находить и выделять необходимую | со сверстниками и взрос- |  |  |
| четверти | информацию.  ***Познавательные:*** выбирать подвижные  игры и играть в них, подводить итоги  четверти | лыми в разных социальных ситуациях |  |  |
|  |  |  | |  |
| Знать, какие ва- | *Коммуникативные:* с достаточной | **Развитие мотивов учебной** |  |  |
| рианты бросков | полнотой и точностью выражать свои | деятельности и осознание |  |  |
| через волей- | мысли в соответствии с задачами | личностного смысла уче- |  |  |
| больную сетку | **и** условиями коммуникации. | ния, принятие и освоение |  |  |
| существуют, пра- | ***Регулятивные:*** контролировать свою | социальной роли обучаю- |  |  |
| вила подвижной | деятельность по результату, адекватно | щегося, развитие навыков |  |  |
| игры «Вышиба- | оценивать свои действия и действия | сотрудничества со сверст- |  |  |
| лы через сетку» | партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через во­лейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | никами и взрослым в раз­ных ситуациях |  |  |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |  |
| варианты брос- | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |  |
| ков мяча через | просов, слушать и слышать учителя. | личностного смысла учения, |  |  |
| волейбольную | ***Регулятивные:*** осуществлять действие | развитие доброжелательно- |  |  |
| сетку сущест- | по образцу и заданному правилу. | сти и эмоционально-нрав- |  |  |
| вуют, правила | ***Познавательные:*** бросать мяч через | ственной отзывчивости, |  |  |
| подвижной игры | волейбольную сетку, играть в подвиж- | развитие навыков сотруд- |  |  |
| «Пионербол» | ную игру «Пионербол» | ничества со сверстниками, умений не создавать кон­фликты и находить выходы **из** спорных ситуаций |  |  |
|  |  |  | |  |
| Знать волейбол | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие мотивов учебной |  |  |
| как вид спорта, | стающую информацию с помощью | деятельности и осознание |  |  |
| какими бывают | вопросов, представлять конкретное | личностного смысла уче- |  |  |
| волейбольные | содержание и сообщать его в устной | ния, принятие и освоение |  |  |
| упражнения, | форме. | социальной роли обучаю- |  |  |
| правила подвиж- | ***Регулятивные:*** осуществлять действие | щегося, формирование |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | | 5 |  |
|  |  |  |  | |  |  |
|  | | | |
| 82 | 3.04 |  | Подготовка | к волей­болу  Комбини-1 рованныи | | Разминка с мячами в па- | pax, волеМюлъныеуп-ражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол» |  |
| **83** | 4.04 |  | Контроль­ный урок по волей­болу  Кон­трольный | | Разминка с мячом в дви­жении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пио­нербол» |  |
|  | | | |
| **84** | 7.04 |  | Броски набивно­го мяча способами «от груди» и «снизу»  Комбини­рованный | | Разминка с набивным мячом, броски набив­ного мяча способами «от груди» и «снизу», подвижная игра «Точно в цель» |  |
| **85** | 10.4 |  | Броски набивного мяча пра­вой и левой рукой  Комбини­рованный | | Разминка с набивным мячом, броски набив­ного мяча из-за головы, а также правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель» |  |
|  | | | |
| 86 | 11.4 |  | Тестиро­вание виса на время  Кон­трольный | | Разминка с мячом в дви­жении, тестирование виса на время, подвиж­ная игра «Борьба за мяч» |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| ной игры «Пио- | по образцу и заданному правилу. | чувства гордости за свою |  |
| нербол» | ***Познавательные:*** выполнять волей- | Родину, российский народ |  |
|  | больные упражнения и играть в по- | и историю России, развитие |  |
|  | движную игру «Пионербол» | навыков сотрудничества **со сверстниками** |  |
|  |  |  | |
| **Знать, какими** | *Коммуникативные:* **слушать и слышать** | **Развитие мотивов учебной** |  |
| бывают волей- | друг друга и учителя, устанавливать | деятельности и осознание |  |
| больные упраж- | рабочие отношения. | личностного смысла уче- |  |
| нения, правила | ***Регулятивные:*** владеть средствами са- | ния, принятие и освоение |  |
| подвижной игры | морегуляции, сотрудничать в совмест- | социальной роли обучаю- |  |
| «Пионербол» | ном решении задач. | щегося, формирование |  |
|  | ***Познавательные:*** делать передачи мяча | чувства гордости за свою |  |
|  | через волейбольную сетку, принимать | Родину, российский народ |  |
|  | передачи мяча, играть в подвижную | и историю России, развитие |  |
|  | игру «Пионербол» | навыков сотрудничества со сверстниками |  |
| Знать, какие | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических чувств, |  |
| умения и навыки | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности, со- |  |
| относятся к во- | мысли в соответствии с задачами | чувствия другим людям, |  |
| лейболу, какие | и условиями коммуникации. | навыков сотрудничества |  |
| подготовител ь- | ***Регулятивные:*** определять новый уро- | со сверстниками и взрос- |  |
| ные упражнения | вень отношения к самому себе как субъ- | лыми в разных социальных |  |
| существуют, | екту деятельности, адекватно оценивать | ситуациях |  |
| правила подвиж- | свои действия и действия партнера. |  |  |
| ной игры «Пио- | ***Познавательные:*** применять уме- |  |  |
| нербол» | ния и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» |  |  |
|  |  |  | |
| Знать технику | ***Коммуникативные:*** эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |
| бросков набив- | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |
| ного мяча спосо- | тивной кооперации, слушать и слы- | личностного смысла учения, |  |
| бами «от груди» | шать учителя и друг друга. | принятие и освоение соци- |  |
| и «снизу», пра- | ***Регулятивные:*** осознавать самого себя | альной роли обучающегося, |  |
| вила подвижной | как движущую силу своего научения, | развитие самостоятельности |  |
| игры «Точно | свою способность к преодолению пре- | и личной ответственности |  |
| в цель» | пятствий и самокоррекции. | за свои поступки на основе |  |
|  | ***Познавательные:*** бросать набивной мяч | представлений о нравствен- |  |
|  | способами «от груди» и «снизу», играть | ных нормах, социальной |  |
|  | в подвижную игру «Точно в цель» | справедливости и свободе |  |
| Знать варианты | ***Коммуникативные:*** представлять кон- | Развитие мотивов учебной |  |
| выполнения | кретное содержание и сообщать его | деятельности и осознание |  |
| бросков на- | в устной форме, устанавливать рабо- | личностного смысла учения, |  |
| бивного мяча | чие отношения. | принятие и освоение соци- |  |
| правой и левой | *Регулятивные:* осуществлять действие | альной роли обучающегося, |  |
| рукой, правила | по образцу и заданному правилу, со- | развитие самостоятельности |  |
| подвижной игры | хранять заданную цель. | и личной ответственности |  |
| «Точно в цель» | ***Познавательные:*** бросать набивной | за свои поступки на основе |  |
|  | мяч из-за головы, правой и левой ру- | представлений о нравствен- |  |
|  | кой, играть в подвижную игру «Точно | ных нормах, социальной |  |
|  | в цель» | справедливости и свободе |  |
|  |  |  | |
| **Знать, как** про- | *Коммуникативные:* добывать **недо-** | **Развитие этических чувств,** |  |
| ходит тестирова- | стающую информацию с помощью | доброжелательности и эмо- |  |
| ние виса на вре- | вопросов. | ционально-нравственной |  |
| мя, правила | *Регулятивные:* адекватно понимать | отзывчивости, сочувствия |  |
| подвижной игры | оценку взрослого и сверстника, сохра- | другим людям, развитие са- |  |
| «Борьба за мяч» | нять заданную цель. | мостоятельности и личной |  |
|  | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | ответственности за свои по- |  |
|  | вание виса на время, играть в подвиж- | ступки на основе представ- |  |
|  | ную игру «Борьба за мяч» | лений о нравственных |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | | 5 |
|  |  |  |  | |  |
| **87** | 14.4 |  | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя  Кон­трольный | | Разминка с мячом, те­стирование наклона впе­ред из положения стоя, подвижная игра «Борьба за мяч» |
| **Легкая атлетика** | | | | |  |
| **88** | 17.4 |  | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места  Кон­трольный | | Разминка, направленная на подготовку организ­ма к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортив­ная игра «Гандбол» |
| 1 | | | |
| **89** | 18.4 |  | Тестиро­вание под­тягивания нанизкой переклади­не из виса лежа со­гнувшись  Кон­трольный | | Разминка, направленная на развитие координа­ции движений, тести­рование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнув­шись, спортивная игра «Гандбол» |
| **90** | 21.4 |  | 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 игра «Гандбол» |
| **Подвижные н спортивные игры** | | | | |  |
| 91 | 24.4 |  | Знакомство с баскетбо­лом  **Изучение**  нового  материала | | Разминка с мячом в дви­жении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Бас­кетбол» |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  | нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** добывать недо- | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестиро- | стающую информацию с помощью | доброжелательности и эмо- |  |
| вание наклона | вопросов, устанавливать рабочие от- | ционально-нравственной |  |
| вперед из поло- | ношения. | отзывчивости, сочувствия |  |
| жения стоя, пра- | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | другим людям, развитие са- |  |
| вила подвижной | оценку взрослого и сверстника, сохра- | мостоятельности и личной |  |
| игры «Борьба | нять заданную цель. | ответственности за свои |  |
| за мяч» | ***Познавательные:*** проходить тестиро- | поступки на основе пред- |  |
|  | вание наклона вперед из положения | ставлений о нравствен- |  |
|  | стоя, играть в подвижную игру «Борь- | ных нормах, социальной |  |
|  | ба за мяч» | справедливости и свободе, развитие навыков сотрудни­чества со сверстниками |  |
|  |  |  |  |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* добывать недостаю- | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестиро- | щую информацию с помощью вопро- | доброжелательности и эмо- |  |
| вание прыжка | сов, устанавливать рабочие отношения. | ционально-нравственной |  |
| в длину с места, | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | отзывчивости, сочувствия |  |
| правила спор- | оценку взрослого и сверстника, сохра- | другим людям, развитие |  |
| тивной игры | нять заданную цель. | навыков сотрудничества |  |
| «Гандбол» | *Познавательные:* проходить тестиро­вание прыжка в длину с места, играть и спортивную игру **«Гандбол»** | со сверстниками |  |
|  |  |  |  |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* **с достаточной** | **Развитие этических чувств,** |  |
| ходит тестиро- | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности и эмо- |  |
| вание подтяги- | мысли в соответствии с задачами | ционально-нравственной |  |
| вания на низкой | и условиями коммуникации, слушать | отзывчивости, развитие са- |  |
| перекладине | и слышать друг друга. | мостоятельности и личной |  |
| из виса лежа со- | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | ответственности за свои |  |
| гнувшись, пра- | оценку взрослого и сверстника, сохра- | поступки на основе пред- |  |
| вила спортивной | нять заданную цель. | ставлений о нравственных |  |
| игры «Гандбол» | ***Познавательные:*** проходить тестирова- | нормах, социальной спра- |  |
|  | ние подтягивания на низкой перекла­дине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол» | ведливости и свободе |  |
| Знать, как про- | ***Коммуникативные:*** с достаточной | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестиро- | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности и эмо- |  |
| вание подъема | мысли в соответствии с задачами | ционально-нравственной |  |
| туловища из по- | и условиями коммуникации, слушать | отзывчивости, сочувствия |  |
| ложения лежа | и слышать друг друга. | другим людям, развитие са- |  |
| за 30 с, правила | ***Регулятивные:*** адекватно понимать | мостоятельности и личной |  |
| спортивной игры | оценку взрослого и сверстника, сохра- | ответственности за свои |  |
| «Гандбол» | нять заданную цель. | поступки на основе пред- |  |
|  | ***Познавательные:*** проходить тестирова- | ставлений о нравственных |  |
|  | ние подъема туловища из положения | нормах, социальной спра- |  |
|  | лежа на спине за 30 с, играть в спор­тивную **игру «Гандбол»** | ведливости и свободе |  |
|  |  |  |  |
| Знать, **какие** ва- | *Коммуникативные:* добывать **недо-** | **Развитие мотивов учебной** |  |
| рианты бросков | стающую информацию с помощью во- | деятельности и осознание |  |
| мяча в баскет- | просов, слушать и слышать друг друга | личностного смысла учения, |  |
| больное кольцо | и учителя. | принятие и освоение соци- |  |
| существуют, пра- | ***Регулятивные:*** самостоятельно фор- | альной роли обучающегося, |  |
| вила спортивной | мулировать познавательные цели, | развитие навыков сотруд- |  |
| игры «Баскет- | находить и выделять необходимую | ничества со сверстниками |  |
| бол» | информацию. | и взрослыми в разных соци- |  |
|  | ***Познавательные:*** бросать в баскетболь- | альных ситуациях, формиро- |  |
|  | ное кольцо различными способами, | вание установки на безопас- |  |
|  | играть в баскетбол | ный и здоровый образ жизни |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 | 2** | | 3 | **4** | 5 |
|  | | | |  |
| **92** | 25.4 |  | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точность  Кон­трольный | Разминка с мячом на ме­сте и в движении, тести­рование метания малого мяча на точность, спор­тивная игра «Баскетбол» |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |  |
| 93 | 28.4 |  | Спортив­ная игра «Баскет­бол»  Комбини­рованный | Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Бас­кетбол» |
|  | |  | |  |
| **94** | 2.05 |  | **Беговые**  упражне­ния  Комбини­рованный | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Кол­дунчики» и «Вызов» |
| 95 | 5.05 |  | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта  Кон­трольный | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого стар­та, подвижная игра «Ко­мандные хвостики» |
| 96 | 8.05 |  | Тести­рование челноч­ного бега Зх 10м  Кон­трольный | Беговая разминка, тести­рование челночного бега 3 х Юм, подвижная игра «Бросай далеко,собирай быстрее» |
| 97 | 12.5 |  | Тестирова­ние мета­ния | Беговая разминка, тести­рование метания мешоч­ка на дальность, |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  | |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестиро- | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности и эмо- |  |
| вание метания | мысли в соответствии с задачами | ционально-нравственной |  |
| малого мяча | и условиями коммуникации, слушать | отзывчивости, сочувствия |  |
| на точность, пра- | и слышать друг друга. | другим людям, развитие са- |  |
| вила спортивной | *Регулятивные:* адекватно понимать | мостоятельности и личной |  |
| игры «Баскет- | оценку взрослого и сверстника, сохра- | ответственности за свои |  |
| бол» | нять заданную цель. | поступки на основе пред- |  |
|  | *Познавательные:* проходить тестирова- | ставлений о нравственных |  |
|  | ние метания малого мяча на точность, | нормах, социальной спра- |  |
|  | играть в спортивную игру «Баскетбол» | ведливости и свободе |  |
|  |  |  | |
| Знать варианты | *Коммуникативные:* эффективно со- | Развитие навыков сотруд- |  |
| бросков мяча | трудничать и способствовать продук- | ничества со сверстниками |  |
| в баскетбольное | тивной кооперации, устанавливать | и взрослыми в разных соци- |  |
| кольцо, правила | рабочие отношения. | альных ситуациях, умений |  |
| спортивной игры | *Регулятивные:* адекватно оценивать | не создавать конфликты |  |
| «Баскетбол» | свои действия и действия партнеров, | и находить выходы из спор- |  |
|  | сохранять заданную цель. *Познавательные:* бросать мяч в баскет­больное кольцо различными способа­ми, играть в баскетбол | ных ситуаций |  |
|  |  | | | |
| Знать варианты | *Коммуникативные:* эффективно со- | Развитие мотивов учебной |  |
| беговых упраж- | трудничать и способствовать продук- | деятельности и осознание |  |
| нений, правила | тивной кооперации, слушать и слу- | личностного смысла уче- |  |
| подвижных игр | шать друг друга. | ния, принятие и освоение |  |
| «Колдунчики» | *Регулятивные:* самостоятельно фор- | социальной роли обучаю- |  |
| и «Вызов» | мулировать познавательные цели, | щегося, развитие этических |  |
|  | находить и выделять необходимую | чувств, доброжелательности |  |
|  | информацию. | и эмоционально-нравствен- |  |
|  | *Познавательные:* выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов» | ной отзывчивости |  |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестирова- | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности и эмо- |  |
| ние бега на 30 м | мысли в соответствии с задачами | ционально-нравственной |  |
| с высокого | и условиями коммуникации, слушать | отзывчивости, сочувствия |  |
| старта, правила | и слышать друг друга. | другим людям, развитие са- |  |
| подвижной игры | *Регулятивные:* адекватно понимать | мостоятельности и личной |  |
| «Командные | оценку взрослого и сверстника, сохра- | ответственности за свои |  |
| хвостики» | нять заданную цель. | поступки на основе пред- |  |
|  | *Познавательные:* проходить тестиро- | ставлений о нравственных |  |
|  | вание бега на 30 м с высокого старта, | нормах, социальной спра- |  |
|  | играть в подвижную игру «Командные хвостики» | ведливости и свободе |  |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестирова- | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности и эмо- |  |
| ние челночного | мысли в соответствии с задачами | ционально-нравственной |  |
| бегаЗ х Юм, | и условиями коммуникации, слушать | отзывчивости, самостоя- |  |
| правила подвиж- | и слышать друг друга. | тельности и личной ответ- |  |
| ной игры «Бро- | *Регулятивные:* адекватно понимать | ственности за свои поступ- |  |
| сай далеко, соби- | оценку взрослого и сверстника, сохра- | ки на основе представлений |  |
| рай быстрее» | нять заданную цель. | о нравственных нормах, |  |
|  | *Познавательные:* проходить тестиро- | социальной справедливости |  |
|  | вание челночного бега 3 х Юме высо- | и свободе, формирование |  |
|  | кого старта, играть в подвижную игру | установки на безопасный |  |
|  | «Бросай далеко, собирай быстрее» | и здоровый образ жизни |  |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тестирова- | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности и эмо- |  |
| ние метания | мысли в соответствии с задачами | ционально-нравственной |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | 3 | **4** | 5 |  |
|  |  |  | мешочка (мяча) на даль­ность | подвижная игра «Круго­вая охота» |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |  | |
| **98** | 15.5 |  | Спортив­ная игра «Футбол»  Комбини­рованный | Разминка в движении, подвижная игра «Собач­ки ногами», спортивная игра «Футбол» |  |
| **99** | 16.5 |  | Подвижная игра «Флаг на башне»  Репродук­тивный | Разминка в движении, подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами» |  |
| **Легкая атлетика** | | | |  |  |
| **100** | 19.5 |  | **Бег**  на 1000 м  Кон­трольный | Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол» |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | |  |  |
| 101 | 22.5 |  | **Спортив­ные** игры  Репродук­тивный | Беговая разминка, спор­тивные игры, подвижная игра «Марш с закрыты­ми глазами» |  |
| 102 | 23.5 |  | Подвиж­ные и спор­тивные игры  Репродук­тивный | Беговая разминка, по­движные и спортивные игры, подведение итогов |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | 7 | 8 | 9 |
| мешочка | и условиями коммуникации, слушать | отзывчивости, самостоя- |  |
| на дальность, | и слышать друг друга. | тельности и личной ответ- |  |
| правила подвиж- | *Регулятивные:* адекватно понимать | ственности за свои поступ- |  |
| ной игры «Кру- | оценку взрослого и сверстника, сохра- | ки на основе представлений |  |
| говая охота» | нять заданную цель. | о нравственных нормах, |  |
|  | *Познавательные:* проходить тестирова- | социальной справедливости |  |
|  | ние метания мешочка на дальность, иг­рать в подвижную игру «Круговая охота» | и свободе |  |
|  |  |  | |
| Знать прави- | *Коммуникативные:* эффективно со- | Развитие этических чувств, |  |
| ла подвижной | трудничать и способствовать продук- | доброжелательности и эмо- |  |
| игры «Собачки | тивной кооперации. | ционально-нравственной |  |
| ногами» и спор- | *Регулятивные:* адекватно оценивать | отзывчивости, сочувствия |  |
| тивной игры | свои действия и действия партеров, | другим людям, развитие |  |
| «Футбол» | контролировать свою деятельность | навыков сотрудничества |  |
|  | по результату. | со сверстниками и взрос- |  |
|  | *Познавательные:* играть в подвижную | лыми в разных социальных |  |
|  | игру «Собачки ногами» и спортивную игру «Футбол» | ситуациях |  |
| Знать правила | *Коммуникативные:* слушать и слышать | Развитие навыков сотруд- |  |
| подвижных игр | друг друга, эффективно сотрудничать | ничества со сверстниками, |  |
| «Флаг на башне» | и способствовать продуктивной ко- | умений не создавать кон- |  |
| и «Собачки но- | операции. | фликты и находить выходы |  |
| гами» | *Регулятивные:* сотрудничать со сверст­никами в совместном решении задач. *Познавательные:* играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами» | из спорных ситуаций |  |
|  |  |  | |
| Знать, как про- | *Коммуникативные:* с достаточной | Развитие этических чувств, |  |
| ходит тести- | полнотой и точностью выражать свои | доброжелательности и эмо- |  |
| рование бега | мысли в соответствии с задачами | ционально-нравственной |  |
| на 1000 м, пра- | и условиями коммуникации. | отзывчивости, сочувствия |  |
| вила спортивной | *Регулятивные:* определять новый | другим людям, развитие са- |  |
| игры «Футбол» | уровень отношения к самому себе как | мостоятельности и личной |  |
|  | субъекту деятельности. | ответственности за свои |  |
|  | *Познавательные:* пробегать дистан- | поступки на основе пред- |  |
|  | цию 1000 м, играть в спортивную игру | ставлений о нравственных |  |
|  | «Футбол» | нормах, социальной спра­ведливости и свободе |  |
|  |  |  | |
| Знать правила | *Коммуникативные:* представлять кон- | Развитие навыков сотруд- |  |
| спортивных игр, | кретное содержание и сообщать его | ничества со сверстниками, |  |
| как их выбирать, | в устной форме, слушать и слышать | умений не создавать кон- |  |
| правила подвиж- | друг друга и учителя. | фликты и находить выходы |  |
| ной игры «Марш | *Регулятивные:* самостоятельно форму- | из спорных ситуаций |  |
| с закрытыми | лировать познавательные цели, находить |  |  |
| глазами» | и выделять необходимую информацию. *Познавательные:* играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с за­крытыми глазами» |  |  |
| Знать, как вы- | *Коммуникативные:* представлять кон- | Развитие этических чувств, |  |
| бирать и играть | кретное содержание и сообщать его | доброжелательности и эмо- |  |
| в подвижные | в устной форме, слушать и слышать | ционально-нравственной |  |
| и спортивные | друг друга и учителя. | отзывчивости, навыков |  |
| игры, как подво- | *Регулятивные:* самостоятельно форму- | сотрудничества со сверст- |  |
| дить итоги года | лировать познавательные цели, находить | никами и взрослыми в раз- |  |
|  | и выделять необходимую информацию. | ных социальных ситуациях, |  |
|  | *Познавательные:* играть в выбранные | умений не создавать кон- |  |
|  | подвижные и спортивные игры, под- | фликты и находить выходы |  |
|  | водить итоги года | из спорных ситуаций |  |