

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

КОГОБУ СШ с УИОП г. Нолинска

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от 30.08.2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
(*ФИО заместителя директора*)
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы
Перминова Е.В.
Приказ № 20 от 30.08.2022 г.

**Рабочая программа
учебного предмета
физкультура для 1 – 4 класса
на 2022-2023 учебный год**

Составитель: Трушкова Елена Васильевна
Палкина Мария Андреевна
Резвых Алёна Сергеевна
Трушков Юрий Алексеевич
Торопова Татьяна Александровна
КОГОБУ СШ с УИОП
г. Нолинска

г. Нолинск, 2022

Пояснительная записка

Рабочие программы по физической культуре, предметная область «Физическая культура», составлены в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (утверждён Приказом Минобрнауки РФ от 06.10.2009 № 373 с изменениями и дополнениями от 31 декабря 2015 г.) и на основе требований к результатам освоения ООП НОО.

При составлении программы использовались Примерная основная образовательная программа начального общего образования (в редакции протокола № 3/15 от 28.10.2015 федерального учебно-методического объединения по общему образованию).

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» в 1 – 4 классе

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются:

- 1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- 2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- 3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

1 класс

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу,

быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

Выпускник получит возможность научиться:

- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять, передвижения на лыжах).

2 класс

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- *характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.*

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость).

Выпускник получит возможность научиться:

- *целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;*

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина, напольное гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- *сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*
- *выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*
- *выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*
- *выполнять передвижения на лыжах*

3 класс

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими

упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина и брусья, напольное гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

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

4 класс

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- *выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;*
- *характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья,*

физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
 - целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
 - выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина и брусья, напольное гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

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

2. Содержание учебного предмета

1 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как важные способы передвижения человека. *Режим дня и личная гигиена.*

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Выполнение простейших закаливающих процедур. Составление режима дня и его планирование.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне. Построение в шеренгу, колонну. *Выполнение основной стойки по команде »Смирно», выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш», «На месте, стой!».* Ходьба под счет. *Разновидность ходьбы. Размыкание в шеренге, колонне на месте, построение в круг колонной и шеренгой. Повороты на месте налево и направо по командам «Налево, Направо», размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге, в колонне в движении.*

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты. Стойка на лопатках. Гимнастический мост из положения лежа на спине.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: Висы.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке.

Преодоление полосы препятствий с элементами лазания и перелезания, переползания. Передвижение по наклонной гимнастической скамейке. *Танцевальные упражнения (движения) приставные шаги влево, вправо, подскоки.*

Легкая атлетика.

Беговые упражнения: *бег с чередованием с ходьбой, бег с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, бег с изменением направления движения и скорости (змейкой по кругу, спиной вперед) бег из разных исходных положений и с разным положением рук.* Челночный бег, высокий старт с последующим ускорением. *Полоса препятствий с прыжками и бегом.*

Прыжковые упражнения: прыжки на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением (*на одной ноге, с поворотами вправо и влево*). Прыжки в длину с места, прыжки в высоту с места, прыжки с высоты и на высоту, прыжки по разметкам. *Прыжки с разбега и отталкивания одной ногой через мячи.*

Метание: малого мяча в вертикальную цель, горизонтальную цель.

Лыжные гонки.

Передвижение на лыжах разными способами.

Организующие команды и приемы: выполнение команд: «Лыжи на плечо» «Лыжи под руку» «Лыжи к ноге» «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече, под рукой. Передвижение в колонне с лыжами. *Ознакомление с лыжами.*

Простейшие способы передвижение на лыжах; *ступаящим и скользящим шагом.*

Повороты *переступанием на месте вправо и влево; спуски в основной стойке, низкой стойке; подъемы ступаящим шагом, лесенкой; торможение падением.*

Передвижения на лыжах до 1000м в умеренном темпе.

Специальные упражнения; переноска массы тела на маховую ногу в ступаящем шаге, перенос массы тела в стойке устойчивости в скользящем шаге.

Плавание. *Имитация движения рук и ног на гимнастической скамейке.*

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания, броски, упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на координацию, выносливость.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы (щечкой) с места, с одного-двух шагов; остановка мяча. Передача мяча в парах и остановка мяча. Подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча на месте, левой, правой рукой, в шаге. Броски мяча в корзину двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой). Ловля мяча на месте и в движении, низко летящего и летящего на уровне головы. Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Подвижные игры на материале баскетбола.

2 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как важные способы передвижения человека. *Режим дня и личная гигиена.*

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на развитие физических качеств.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Выполнение простейших закаливающих процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка), комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств.

Самостоятельные игры и развлечения.

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Построения и перестроения в шеренге, в шеренгу по два, на месте. Перестроение под счет «3-6, на месте». Перестроения в движении в колонну по два, по три, четыре в колонну, в колонну по одному.

Акробатические упражнения: упоры, стойка на лопатках, кувырки вперед, гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы. Вис прогнувшись на гимнастической стенке.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке в висе без опоры ног (мальчики). Преодоление полосы препятствий с лазанием, переползанием. Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика.

Беговые упражнения: Легкоатлетические упражнения (бег с прыжками, многоскоки, ускорения), высокий старт с последующим ускорением, техника выполнения. Бег с ускорением, бег на дистанции 30 м. Гладкий (равномерный) бег на учебные дистанции (продолжительность регулируется учителем). Бег от 200 м до 1000 м, 2000 м без учета времени. Кросс по пересеченной местности.

Прыжковые упражнения прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов согнув ноги, прыжки в высоту с прямого разбега

Метание: метание малого мяча с места. Метание мяча с разбега на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижения на лыжах разными способами. Ступающий, скользящий шаг. Повороты; повороты переступанием на месте. Спуски; в основной стойке, в низкой стойке.

Подъем лесенкой. Торможение падением. Прохождение учебных дистанций (прохождение дистанций регулируется учителем или учащимися)

Плавание. Иммитация движения рук и ног на гимнастической скамейке. Техника безопасности на открытых водоемах

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижениях на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному мячу с места, остановка мяча и удар по мячу с 1 -3 шагов. Подвижные игры с элементами футбола

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча *на месте левой правой рукой, в шаге*. Броски мяча в корзину *двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой)*. *Ловля мяча на месте и в движении, низко летящего и летящего на уровне головы. Передача мяча (снизу, от груди, от плеча)*. Подвижные игры на материале баскетбола.

3 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения. Их влияние на физическое развитие физических качеств. Характеристика основных физических качеств силы: быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Выполнение простейших закаливающих процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка), комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения.

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Построения и перестроения в шеренге, в шеренгу по два, на месте. Перестроение под счет «3-6, на месте». Перестроения в движении в колонну по два, по три, четыре в колонну, в колонну по одному.

Акробатические упражнения: упоры, стойка на лопатках, кувырки вперед-назад, гимнастический мост. ***Акробатические комбинации.*** Например: кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. *Вис прогнувшись на гимнастической стенке.*

Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение, через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги»

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой на время за 30 сек. Прыжки с набивным мячом на месте и с продвижением. Опорный прыжок через гимнастического козла-с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик в упор стоя на коленях, переход в упор присев соскок *прогнувшись. Передвижение по гимнастической стенке в вися без опоры ног (мальчики).* Преодоление полосы препятствий с лазанием, переползанием. Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика.

Беговые упражнения: Легкоатлетические упражнения (бег с прыжками, многоскоки, ускорения), высокий старт, низкий старт техника выполнения, бег с низкого старта ускорения с низкого старта, стартовый разгон, финиширование. Бег с ускорением, бег на дистанции 30,60, м. Гладкий (равномерный) бег на учебные дистанции (продолжительность регулируется учителем). Бег от 200м 400м,1000м ,2000м без учета времени. Кросс по пересеченной местности.

Прыжковые упражнения: Прыжки с набивным мячом на месте, с продвижением вперед (мальчики) ОРУ с набивным мячом (приседания, повороты, наклоны). Прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов согнув ноги, прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Метание: метание малого мяча с места. Метание мяча с разбега на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижения на лыжах разными способами. Скользящий шаг, попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход одновременный двухшажный ход. Чередование изученных ходов во время передвижения. Знакомство с коньковым ходом. Повороты; повороты на месте прыжком на 90 градусов, опираясь на палки, повороты переступанием в движении. Спуски; в основной стойке, спуски наискось, спуски с изменяющимися стойками.

Подъемы елочкой, полулочкой, скользящим шагом. Торможение плугом. Прохождение учебных дистанций (прохождение дистанций регулируется учителем или учащимися)

Плавание Стили плавания. Техника безопасности на открытых водоемах.

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижениях на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: ведением мяча, с передачей мяча партнеру, удары по воротам. Подвижные игры с элементами футбола

Баскетбол: ведение мяча, броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: прием и передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола.

4 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения. Их влияние на физическое развитие физических качеств. Характеристика основных физических качеств силы: быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая

подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Выполнение простейших закаливающих процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка), комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения.

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Построения и перестроения в шеренге, в шеренгу по два, на месте. Перестроение под счет «3-6, на месте». Перестроения в движении в колонну по два, по три, четыре в колонну, в колонну по одному.

Акробатические упражнения: упоры, стойка на лопатках, кувырки вперед-назад, гимнастический мост. ***Акробатические комбинации.*** Например: кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. *Вис прогнувшись на гимнастической стенке.*

Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение, через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги»

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой на время за 30 сек. Прыжки с набивным мячом на месте и с продвижением. Опорный прыжок через гимнастического козла-с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик в упор стоя на коленях, переход в упор присев соскок прогнувшись. Передвижение по гимнастической стенке в висе без опоры ног (мальчики). Преодоление полосы препятствий с лазанием, переползанием. Передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика.

Беговые упражнения: Легкоатлетические упражнения (бег с прыжками, многоскоки, ускорения), высокий старт, низкий старт техника выполнения, бег с низкого старта ускорения с низкого старта, стартовый разгон, финиширование. Бег с ускорением, бег на дистанции 30,60, м Гладкий (равномерный) бег на учебные дистанции (продолжительность регулируется учителем). Бег от 200м 400м,1000м ,2000м без учета времени. Кросс по пересеченной местности.

Прыжковые упражнения: Прыжки с набивным мячом на месте, с продвижением вперед (мальчики) ОРУ с набивным мячом (приседания, повороты, наклоны). Прыжки в длину с места, прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов согнув ноги, прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». *Метание:* метание малого мяча с места. Метание мяча с разбега на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижения на лыжах разными способами. Скользящий шаг, попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход одновременный двухшажный ход. Чередование изученных ходов во время передвижения. Знакомство с коньковым ходом. Повороты; повороты на месте прыжком на 90 градусов, опираясь на палки, повороты переступанием в движении. Спуски; в основной стойке, спуски наискось, спуски с изменяющимися стойками.

Подъемы елочкой, полуюлочкой, скользящим шагом. Торможение плугом. Прохождение учебных дистанций (прохождение дистанций регулируется учителем или учащимися)

Плавание Стили плавания. Техника безопасности на открытых водоемах

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижениях на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: ведением мяча, с передачей мяча партнеру, удары по воротам. Подвижные игры с элементами футбола

Баскетбол: ведение мяча, броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: прием и передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола.

Тематический план

№	Разделы и темы	Количество часов (уроков)			
		Класс			
		1	2	3	4
	Базовая часть	66	68	68	68
1	Знания о физической культуре	3	3	3	3
2	Способы физкультурной деятельности	3	3	3	3
3	Физическое совершенствование:				
	– гимнастика с основами акробатики	12	12	12	12
	– легкая атлетика	20	20	20	20
	– лыжные гонки				
	– подвижные игры	14	16	16	16
	– общеразвивающие упражнения (в содержании				

	соответствующих разделов программы)	20	20	20	20
	Вариативная часть (время на освоение отдельных видов программного материала пропорционально увеличивается)	33	34	34	34

Результаты освоения учебного предмета

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты

По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:

– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

– излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

– использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Уровень физической подготовленности

1 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола

Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

2 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол- во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

3 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	5	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин. с	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00
Ходьба на лыжах 1 км,	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

4 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Список литературы

1. Лях В. И. Физическая культура: 1 – 4
2. Примерной программы по учебным предметам. Физическая культура. М.: Просвещение, 2014;
3. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов В.И. Лях, А.А. Зданевич. – Москва, Просвещение, 2007 год.

Тематическое планирование 1 класс

№ п./п.	Раздел программы	Тема урока	Кол. часов	Тип Урока	Элементы содержания	Требования к учащимся	Вид контроля	д/з	план	факт
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	Легкая Атлетика	Ходьба и бег	3	вводный	Инструктаж по ТБ, ходьба под счет, на носках, пятках, бег, бег с ускорением, игра «Два мороза», развитие скоростных качеств	Уметь выполнять простые движения бегать 30 метров, знать правила ТБ	текущий	Комплекс №1		
				Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ, ходьба под счет, на носках, пятках, бег, бег с ускорением, игра «Вызов номеров» развитие скоростных качеств	Уметь выполнять простые движения бегать 60 метров с максим. скоростью	текущий	Комплекс №1		
				Изучение нового материала	Разновидность ходьбы, бег 30м. с ускорением, Ору, ходьба с высоким подниманием бедра, игра, Р.С.	Уметь выполнять простые движения бегать 60 метров с максим. скоростью	текущий	Комплекс №1		

		прыжки	2	Изучение нового материала	Прыжки на одной ноге, двух, на месте, прыжки с продвижением вперед, прыжок с места, игра «Два мороза», РСК, Ору	Уметь выполнять движения в прыжках	текущий	Комплекс №1		
				Изучение нового материала	Прыжки на одной ноге, двух, на месте, прыжки с продвижением вперед, прыжок с места, игра «Два мороза», РСК, Ору	Уметь выполнять движения в прыжках	текущий	Комплекс №1		
		Бросок малого мяча	2	Изучение нового материала	Метание малого мяча стоя, на заданное расстояние, в цель, игра «К своим флажкам» Р. С-С способностей	Уметь выполнять движения в метании	текущий	Комплекс №1		
				Изучение нового материала	Метание малого мяча стоя, , на заданное расстояние, в цель, игра «К своим флажкам» Р. С-С способностей	Уметь выполнять движения в метании	текущий	Комплекс №1		
		кросс	3	Изучение нового материала	Равномерный бег 3 минуты, чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости, игра «Пятнашки».	Уметь бегать в равномерном темпе	текущий	Комплекс №1		

				Комплексный	Равномерный бег 3 минуты, чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости, игра «Пятнашки».	Уметь бегать в равномерном темпе	текущий	Комплекс №1		
				Комплексный	Равномерный бег 3 минуты, чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости, игра «Пятнашки».	Уметь бегать в равномерном темпе	текущий	Комплекс №1		
2	Подвижные игры на основе футбола		10	Изучение нового материала	Стока, перемещение игрока, бег лицом, спиной, приставными шагами, остановки и повороты во время бега, эстафеты, развитие С-С	Уметь играть в игры с мячом, прыжками	текущий	Комплекс №2		
				Совершен. ЗУН	Стока, перемещение игрока, бег лицом, спиной, приставными шагами, остановки и повороты во время бега, эстафеты, развитие С-С	Уметь играть в игры с мячом, прыжками	текущий	Комплекс №2		

				Совершен. ЗУН	Удары внутренней стопой, по неподвижному мячу, ведение по прямой с остановками, игра «бросай и поймай», развитие корд. Способностей	У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №2		
				Совершен. ЗУН	Удары внутренней стопой, по неподвижному мячу, ведение по прямой с остановками, игра «бросай и поймай», развитие корд. Способностей	У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №2		
				Совершенств ЗУН	Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом. Развитие координационных способностей	У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №2		

				Совершенств ЗУН	Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом. Развитие координационных способностей	У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №2		
				Совершенств ЗУН	Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом. Развитие координационных способностей	У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №2		
				Совершенств ЗУН	Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом. Развитие координационных способностей	У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №2		
				Совершенств ЗУН	Игры Ловкие ребята, перетягивание в парах, Мяч ловцу, Гонка мячей	Уметь играть в игры	текущий	Комплекс №2		

				Совершенств ЗУН	Игры Ловкие ребята, перетягивание в парах, Мяч ловцу, Гонка мячей	Уметь играть в игры	текущий	Комплекс №2		
3	гимнастика	Акробат тика	4	Изучение нового материала	Основная стойка, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, группировка, перекаты, игра, инструктаж по ТБ	Уметь выполнять акробатические элементы, строевые приемы	текущий	Комплекс №2		
				комплексный	Основная стойка, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, группировка, перекаты, игра, развитие координационных способностей	Уметь выполнять акробатические элементы, строевые приемы	текущий	Комплекс №2		
				комплексный	Основная стойка, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, группировка, перекаты, игра,, развитие координационных способностей	Уметь выполнять акробатические элементы, строевые приемы	текущий	Комплекс №2		

				комплексный	Основная стойка, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, группировка, перекаты, игра, развитие координационных способностей	Уметь выполнять акробатические элементы, строевые приемы	текущий	Комплекс №2		
		Опорный прыжок, лазание	4	Изучение нового материала	Лазание по гимнастической стенке, канату, Ору в движении, перелезание через коня, игра «Ниточка-иглочка», развитие С. способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату	текущий	Комплекс №2		
				комплексный	Лазание по гимнастической стенке, канату, Ору в движении, перелезание через коня, игра «Ниточка-иглочка», развитие Силовых способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату	текущий	Комплекс №2		
				комплексный	Лазание по гимнастической стенке, канату, Ору в движении, перелезание через коня, игра «Ниточка-иглочка», развитие Силовых . способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату	текущий	Комплекс №2		

				комплексный	Лазание по гимнастической стенке, канату, Ору в движении, перелезание через коня, игра «Ниточка-иглочка», развитие Силowych способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату	текущий	Комплекс №2		
		равновесие	4	Изучение нового материала	Размыкание на вытянутые руки, повороты направо, налево, стойка на носках ,на одной ноге, на гимнастической скамейке, ходьба по рейке гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, игра, развитие К способностей	Уметь выполнять строевые упражнения, упражнения в равновесии	текущий	Комплекс №2		
				комплексный	Размыкание на вытянутые руки, повороты направо, налево, стойка на носках ,на одной ноге, на гимнастической скамейке, ходьба по рейке гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, игра, развитие К способностей	Уметь выполнять строевые упражнения, упражнения в равновесии	текущий	Комплекс №2		

				комплексный	Размыкание на вытянутые руки, повороты направо, налево, стойка на носках, на одной ноге, на гимнастической скамейке, ходьба по рейке гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, игра, развитие К способностей	Уметь выполнять строевые упражнения, упражнения в равновесии	текущий	Комплекс №2		
				комплексный	Размыкание на вытянутые руки, повороты направо, налево, стойка на носках, на одной ноге, на гимнастической скамейке, ходьба по рейке гимнастической скамейке, перешагивание через мячи, игра, развитие К способностей	Уметь выполнять строевые упражнения, упражнения в равновесии	текущий	Комплекс №2		
4	Лыжная подготовка	Строевые приемы	3	Изучение нового материала	Построение с лыжами, строевые приемы с лыжами, переноска лыж, надевание креплений, ступающий и скользящий шаг без палок, игры-эстафеты	Уметь выполнять строевые приемы, снимать и надевать лыжи	текущий	Комплекс №3		

				Комплексный	Построение с лыжами, строевые приемы с лыжами, переноска лыж, надевание креплений, ступающий и скользящий шаг без палок, игры-эстафеты	Уметь выполнять строевые приемы, снимать и надевать лыжи	текущий	Комплекс №3		
				комплексный	Построение с лыжами, строевые приемы с лыжами, переноска лыж, надевание креплений, ступающий и скользящий шаг без палок, игры-эстафеты	Уметь выполнять строевые приемы, снимать и надевать лыжи	текущий	Комплекс №3		

		Освоение Лыжных ходов	7	Изучение нового материала	Передвижение скользящим шагом без палок и с палками, прохождение в медленном темпе до 100 метров, лыжные гонки на дистанцию 500 метров, игры-эстафеты.	Уметь передвигаться на лыжах, развивать выносливость при прохождении дистанции	текущий	Комплекс №3		
				Комплексный	Передвижение скользящим шагом без палок и с палками, прохождение в медленном темпе до 100 метров, лыжные гонки на дистанцию 500 метров, игры-эстафеты.	Уметь передвигаться на лыжах, развивать выносливость при прохождении дистанции	текущий	Комплекс №3		

				Комплексный	Передвижение скользящим шагом без палок и с палками, прохождение в медленном темпе до 100 метров, лыжные гонки на дистанцию 500 метров, игры- эстафеты.	Уметь передвигаться на лыжах, развивать выносливость при прохождении дистанции	текущий	Комплекс №3		
				Комплексный	Передвижение скользящим шагом без палок и с палками, прохождение в медленном темпе до 100 метров, лыжные гонки на дистанцию 500 метров, игры- эстафеты.	Уметь передвигаться на лыжах, развивать выносливость при прохождении дистанции	текущий	Комплекс №3		
				Комплексный	Передвижение скользящим шагом без палок и с палками, прохождение в медленном темпе до 100 метров, лыжные гонки на дистанцию 500 метров, игры- эстафеты.	Уметь передвигаться на лыжах, развивать выносливость при прохождении дистанции	текущий	Комплекс №3		
				Комплексный	Передвижение скользящим шагом без палок и с палками, прохождение в медленном темпе до 100 метров, лыжные гонки на дистанцию 500 метров, игры- эстафеты.	Уметь передвигаться на лыжах, развивать выносливость при прохождении дистанции	текущий	Комплекс №3		

			Комплексный	Передвижение скользящим шагом без палок и с палками, прохождение в медленном темпе до 100 метров, лыжные гонки на дистанцию 500 метров, игры- эстафеты.	Уметь передвигаться на лыжах, развивать выносливость при прохождении дистанции	текущий	Комплекс №3		
Освоение горных элементов	8	Изучение нового материала	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3			
		Комплексный	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3			
		Комплексный	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3			

				Комплексный	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3		
				Комплексный	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3		

				Комплексный	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3		
				Комплексный	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3		

				Комплексный	Передвижение скользящим шагом, прохождение до 100 метров, спуски с пологих склонов в низкой стойке, подъем в гору ступающим шагом, игры «Смелее с горки»	Уметь подниматься в горку и спускаться с нее, передвигаться скользящим шагом по лыжне	текущий	Комплекс №3		
5	Легкая атлетика	Прыжки	4	Изучение нового материала	Сочетание различных видов ходьбы, многоскоки, прыжки в высоту с прямого разбега, через качающую скакалку, подвижная игра «Пятнашки».	Уметь прыгать в высоту с прямого разбега,	текущий	Комплекс №4		
				комплексный	Сочетание различных видов ходьбы, многоскоки, прыжки в высоту с прямого разбега, через качающую скакалку, подвижная игра «Пятнашки».	Уметь прыгать в высоту с прямого разбега,	текущий	Комплекс №4		
				комплексный	Сочетание различных видов ходьбы, многоскоки, прыжки в высоту с прямого разбега, через качающую скакалку, подвижная игра «Пятнашки».	Уметь прыгать в высоту с прямого разбега,	текущий	Комплекс №4		

				комплексный	Сочетание различных видов ходьбы, многоскоки, прыжки в высоту с прямого разбега, через качающую скакалку, подвижная игра «Пятнашки».	Уметь прыгать в высоту с прямого разбега,	текущий	Комплекс №4		
6	Подвижные игры с элементами футбола		6	Изучение нового материала	Стока, перемещение игрока, бег лицом, спиной, приставными шагами, остановки и повороты во время бега, эстафеты, развитие С-С	Уметь играть в игры с мячом, прыжками	текущий	Комплекс №4		
				Совершенств ЗУН	Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом. Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №4		
				Совершенств ЗУН	Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом. Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой	текущий	Комплекс №4		

				<p>Совершенств ЗУН</p> <p>Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом.</p> <p>Развитие</p> <p>координационных способностей</p>	<p>У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой</p>	текущий	Комплекс №4		
				<p>Совершенств ЗУН</p> <p>Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом.</p> <p>Развитие</p> <p>координационных способностей</p>	<p>У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой</p>	текущий	Комплекс №4		
				<p>Совершенств ЗУН</p> <p>Пас внутренней стопой с 3-4 метров другому ученику, ведение по прямой, змейкой. Эстафеты с мячом.</p> <p>Развитие</p> <p>координационных способностей</p>	<p>У меть владеть мячом, делать передачи и вести мяч по прямой</p>	текущий	Комплекс №4		

7	Элементы легкой атлетики	Бросок малого мяча и прыжка в длину	3	Совершенств ЗУН	Метание малого мяча стоя ,на заданное расстояние, в цель, игра «К своим флажкам» Р. С-С способностей прыжки с места, с разбега с приземлением на 2 ноги. эстафеты	Уметь выполнять движения в метании	текущий	Комплекс №5		
				Совершенств ЗУН	Метание малого мяча стоя ,на заданное расстояние, в цель, игра «К своим флажкам» Р. С-С способностей прыжки с места, с разбега с приземлением на 2 ноги. эстафеты	Уметь выполнять движения в метании	текущий	Комплекс №5		
				Совершенств ЗУН	Метание малого мяча стоя ,на заданное расстояние, в цель, игра «К своим флажкам» Р. С-С способностей прыжки с места, с разбега с приземлением на 2 ноги. эстафеты	Уметь выполнять движения в метании	текущий	Комплекс №5		

		кросс	3	Совершенств ЗУН	Равномерный бег8, чередование ходьбы и бега (50-100), развитие выносливости, подвижные игры	Уметь бегать в равномерном темпе, бегать по пересеченной местности	текущий	Комплекс №5		
				Совершенств ЗУН	Равномерный бег8, чередование ходьбы и бега (50-100), развитие выносливости, подвижные игры	Уметь бегать в равномерном темпе, бегать по пересеченной местности	текущий	Комплекс №5		
				Совершенств ЗУН	Равномерный бег8, чередование ходьбы и бега (50-100), развитие выносливости, подвижные игры	Уметь бегать в равномерном темпе, бегать по пересеченной местности	текущий	Комплекс №5		

Календарно-тематическое планирование 2 класс 68 часов.

№ урока	Тема урока	Технологии	Виды деятельности	Планируемые результаты			Д/з	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные		п л а н	ф а к т
Лёгкая атлетика 8 часов									
1	Т.Б. Организационно - методические указания	Здоровье сбережения, развивающего обучения, проблемного обучения	Понятия «шеренга» и «колонна», организационно - методические указания, подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	Дифференцировать понятия «шеренга» и «колонна», строиться в колонну в движении, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		02.09	
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	Выполнять беговую разминку, знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям,		05-09.09	

		самодиагностики			сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр «Ловишка», «Салки — дай руку»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
3	Техника метания малого мяча на дальность	Здоровье-сбережения, индивидуальное-личностного обучения, проблемного обучения	Разминка с малыми мячами, техника метания малого мяча на дальность, подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»	Знать технику метания малого мяча на дальность, выполнять разминку с малыми мячами, понимать правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки		05-09.09
4	Тестирование метания малого мяча на дальность.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого	Знать правила тестирования метания малого мяча на дальность, выполнять	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-		12-16.09

	Подготовка к ГТО.	действий, развития навыков самодиагностики	мяча на дальность, подвижная игра «Хвостики»	разминку с малыми мячами, понимать правила подвижной игры «Хвостики»	другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования метания малого мяча на дальность и правила подвижной игры «Хвостики»	нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций			
5	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка в движении, техника челночного бега, подвижные игры «Прерванные пятнашки», «Салки — дай руку»	Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»	Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки - дай руку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		12-16.09	
6	Бег на 1000 м. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка, направленная на развитие гибкости, бег на 1000 м, подвижная игра «Воробьи — вороны»	Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без отдыха, правила подвижной игры «Воробьи — вороны»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и		19-23.09	

					<p>осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> пробегать 1000 м без отдыха, играть в подвижную игру «Воробы — вороны»</p>	<p>личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни</p>		
7	<p>Тестирование прыжка в длину с места. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»</p>	<p>Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила тестирования прыжка в длину с места, понимать правила подвижной игры «Волк во рву»</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		19-23.09
8	<p>Тестирование прыжка в длину с места</p>	<p>Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития</p>	<p>Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с</p>	<p>Знать правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Собачки»</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости,</p>		26-30.09

		навыков самодиагностики Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	места, подвижная игра «Собачки»		сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Собачки»	сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками				
Спортивные игры /баскетбол/ 13 часов										
9	Т.Б. Ловля и броски малого мяча в парах	Здоровье сбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с малыми мячами, броски и ловля малого мяча в парах, подвижная игра «Салки с резиновыми кружочками»	Выполнять разминку с малыми мячами, знать, как выполняются броски и ловля малого мяча в парах, правила подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в			26-30.09	

					<p>адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее.</p> <p><i>Познавательные:</i> повторить упражнения с малым мячом как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кружочками»</p>	<p>различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>			
10	Броски и ловля мяча в парах	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения заданий	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения с мячом в парах, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки</p>		03-07.10	
11	Ведение мяча	Здоровье-сбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний,	Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,</p>		03-07.10	

		самодиагностики и самокоррекции и результатов			коммуникативные Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни			
12	Упражнения с мячом	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, информационно коммуникативные	Дневник самоконтроля, разминка с мячами в движении, упражнения с мячом, подвижная игра «Ночная охота»	Знать, что такое дневник самоконтроля, выполнять разминку с мячами в движении, упражнения с мячом, знать правила подвижной игры «Ночная охота»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Познавательные: заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, играть в подвижную игру «Ночная охота»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		10-14.10	
13	Ведение мяча	Здоровье-сбережения, развития навыков обобщения и	Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и		10-14.10	

		систематизации знаний, самодиагностик и и самокоррекции результатов			свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель Познавательные: выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»	освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни			
14	Ведение мяча	Здоровье сбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагностики и самокоррекции и результатов	Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель Познавательные: выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни			17-21.10
15	Подвижные игры	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики	Разминка с мячами в движении, игра с мячом, 1—2 минуты	Выполнять разминку с мячом, знать правила выбранных подвижных игр	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков	Коммуникативные: слушать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, сотрудничать в индивидуальной и групповой деятельности Регулятивные: владеть саморегуляцией эмоциональ		

		сотрудничества			коммуникации, сотрудничать в ходе индивидуальной и групповой работы Регулятивные: владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний Познавательные: выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр	сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умения создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	функциональных состояний	Познавательные: выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр			
16	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях				24-28.10	
17	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических				24-28.10	

			и защитниками»		осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
18	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			07-11.11
19	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техника ведения мяча с по-	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-			07-11.11

			<p>следующим броском в баскетбольное кольцо - цо, подвижная игра «Охотники и утки»</p>		<p>коммуникации. Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	<p>нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми</p>			
20	<p>Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»</p>	<p>Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения</p>	<p>Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижная игра «Вышибалы»</p>	<p>Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», правила подвижной игры «Вышибалы»</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами 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-</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности</p>			14-18.11

					движную игру «Вышибалы»				
21	Эстафеты с мячом	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка в движении с мячом, техника ведения мяча, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и утки»	Знать, как проводятся эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<p><i>Коммуникативные</i> : слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные</i> : проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные</i> : участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		14-18.11	
Спортивные игры /волейбол/ 13 часов									
22	Т.Б. Упражнения и подвижные игры с мячом	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики	Разминка с мячом в движении, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и зайцы»	Знать, как участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»	<p><i>Коммуникативные</i> : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><i>Регулятивные</i> : проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие		21-25.11	

		сотрудничества			<i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки			
23	Круговая тренировка	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения заданий	Разминка в движении, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности		21-25.11	
24	Броски мяча через волейбольную сетку	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных		28.11-02.12	

					<i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	ситуациях, умение не создавать конфликты			
25	Броски мяча через волейбольную сетку	Здоровье-сбережения, развивающего обучения, индивидуально личностного обучения	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты		28.11-02.12	
26	Броски мяча через волейбольную сетку на точность	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим		05-09.12	

					<p>включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	людям			
27	Броски мяча через волейбольную сетку на точность	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям		05-09.12	
28	Броски мяча	Здоровье	Разминка с мячами,	Знать технику бросков	Коммуникативны	Развитие навыков со-		1	

	через волей-больную сетку на точность	сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра «Точно в цель»	мяча через волей-больную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>е: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	трудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям			
29	Броски мяча через волей-больную сетку с дальних дистанций	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волей-больную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		12-16.12	

					через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»				
30	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		19-23.12	
31	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		19-23.12	

					сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»				
32	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций			26-30.12
33	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом, контрольные броски мяча через сетку на дальность и точность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как проходит контрольный урок по броскам мяча через сетку на дальность и точность, правила игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять контрольные броски на дальность и точность, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			

34	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций			
Лыжная подготовка 14 часов									
35	Т.Б. Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	Здоровье-сбережения, информационно-коммуникативные, коллективного выполнения заданий	Организационно-методические требования, ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	Выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться сколь-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			

					зящим и ступающим шагом на лыжах без палок				
36	Повороты переступанием на лыжах без палок. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, педагогики со-трудничества, коллективног о выполнения заданий	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок, техника поворота переступанием на лыжах без палок	Знать, как пристегивать крепления, как выполняются передвижение на лыжах без палок ступающим и скользящим шагом, поворот переступанием на лыжах без палок	Коммуникативны е: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: самостоятельно пристегивать лыжные крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах переступанием без палок	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям			
37	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками	Здоровье-сбережения, педагогики со-трудничества, развития навыков обобщения и систематиза-	Работа рук с лыжными палками, ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	Знать, как работают руки с лыжными палками, как передвигаться ступающим и скользящим шагом как с лыжными палками, так и без них	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Регулятивные: сохранять заданную цель, адекватно	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных			

		ции знаний			оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			
38	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Работа рук с лыжными палками, ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	Знать, как работают руки с лыжными палками, как передвигаться ступающим и скользящим шагом как с лыжными палками, так и без них	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			
39	Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон	Здоровье сбережения, коллективного выполнения заданий, развивающего обучения	Передвижение на лыжах, повороты переступанием на лыжах с палками, техника обгона на лыжах	Знать, как выполняются обгон на лыжах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах	<i>Коммуникативные:</i> работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной			

					выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками	отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
40	Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, коллективного выполнения заданий, развивающего обучения	Передвижение на лыжах, повороты переступанием на лыжах с палками, техника обгона на лыжах	Знать, как выполняются обгон на лыжах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах	Коммуникативные: работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
41	Подъем на склон «полуелочкой» и спуск на лыжах	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, коллективного выполнения заданий	Лыжные ходы, подъем на склон «полуелочкой», спуск со склона в основной стойке	Знать, как выполняются подъем на склон «полуелочкой» и спуск со склона в основной стойке	Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Познавательные: спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полуелочкой»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на			

						безопасный и здоровый образ жизни			
42	Подъем на склон «елочкой»	Здоровье-сбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий	Лыжные ходы, подъем на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуск со склона в основной стойке	Знать, как выполняются подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять подъем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни			
43	Подвижная игра на лыжах «Накаты». Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, индивидуального личностного обучения, проблемного обучения	Передвижение на лыжах змейкой, подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций			
44	Передвижение на лыжах	Здоровье-сбережения, индивидуаль-	Передвижение на лыжах различными ходами и змейкой,	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, как	Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать	Развитие этических чувств, доброжелательности и			

	змейкой	но-личностного обучения, проблемного обучения	подъем на склон «елочкой», спуск со склона в основной стойке	выполняются подъем на склон «елочкой» и спуск в основной стойке	недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на склон «елочкой» и спускаться в основной стойке	эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций			
45	Торможение падением на лыжах с палками	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без них, торможение падением, подвижная игра «Салки на снегу»	Знать, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом, как выполнять торможение падением, правила подвижной игры «Салки на снегу»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, тормозить падением, играть в подвижную игру «Салки на снегу»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			
46	Прохождение дистанции 1	Здоровье-сбережения,	Техника передвижения на	Знать технику передвижения на лыжах, как	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выразить	Развитие этических чувств,			

	км на лыжах. Подготовка к ГТО.	проблемного обучения, педагогики сотрудничества	лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах, подвижная игра «Салки на снегу»	рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»	свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»	доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			
47	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах со склона, свободное катание	Знать, как проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, как кататься на лыжах со склона и по лыжне	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 1,5 км на лыжах	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
48	Контрольный урок по лыжной подготовке	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков обобщения и систематизации	Ступающий и скользящий лыжный шаг, повороты переступанием на лыжах, передвижение на лыжах змейкой, подъем на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуск	Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе			

		ции знаний	со склона в основной стойке	«полуелочкой» и «елочкой» и спускаться со склона в основной стойке	познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе				
Гимнастика с элементами акробатики 12 часов										
49	Т.Б. Упражнения на координацию движений	Здоровье сбережения, развития исследовательских навыков, развивающего обучения	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, разучивание метания гимнастической палки ногой, проведение подвижной игры «Командные хвостики»	Выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, понимать правила подвижной игры «Командные хвостики»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> рассказывать и показывать технику выполнения метания гимнастической палки ногой, правила подвижной игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни				

					«Командные хвостики»				
50	Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Бездомный заяц»	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Бездомный заяц»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои			
51	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Вышибалы»	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования подъема туловища, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
52	Кувырок вперед	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества,	Разминка на матах, кувырок вперед, подвижная игра «Удочка»	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, правила подвижной игры	Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие			

		коллективно о выполнения заданий		«Удочка»»	кооперации, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоро- вый образ жизни			
53	Кувырок вперед с трех шагов	Здоровье- сбережения, развивающего обучения, коллективно о выполнения заданий	Разминка на матах, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполня- ются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега	Коммуникативны е: работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и са- мокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед, кувырок вперед	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответствен- ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, форми- рование эстетических потребностей и ценностей			

					с трех шагов и кувырок вперед с разбега				
54	Стойка на лопатках, мост. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, индивидуально личностного обучения	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, подвижная игра «Волшебные елочки»	Выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполняются усложненные варианты кувырка вперед, технику выполнения стойки на лопатках и моста, правила игры «Волшебные елочки»	<p>с трех шагов и кувырок вперед с разбега</p> <p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p> <p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные:</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			

					выполнять усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка				
55	Круговая тренировка. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, педагогики со-трудничества, коллективног о выполнения заданий	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»	Знать, как сохранять правильную осанку, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	Коммуникативны е: слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. Познавательные: выполнять круговую тренировку, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
56	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	Здоровье-сбережения, поэтапного формирования умственных	Разминка с гимнастическими палками, первая помощь при травмах, лазанье и	Знать технику выполнения стойки на голове, как лазать и перелезать по гимнастической	Коммуникативны е: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной			

	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	действий, развивающего обучения Здоровье-сбережения, поэтапного формирования умственных действий, развивающего обучения	перелезание по гимнастической стенке, стойка на голове, подвижная игра «Белочка-защитница»	стенке, какую помощь оказывать при травмах, правила игры «Белочка-защитница»	форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: оказывать первую помощь, выполнять стойку на голове, лазать и перелезать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
57	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса согнувшись, подвижная игра «Собачки»	Знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Собачки»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на			

					<p>субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	<p>основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>			
58	Тестирование виса на время	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование виса на время, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования виса на время, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки</p>			
59	Круговая тренировка. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, индивидуально-личностного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Вышибалы»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p><i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p><i>Регулятивные:</i></p>	<p>Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных</p>			

		ничества			определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Вышибалы»	ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе				
60	Прыжки через скакалку	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, индивидуально личностного обучения	Разминка со средними обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни				
Лёгкая атлетика 8 часов										
61	Т.Б. Организационно методические	Здоровье сбережения, развивающего обучения,	Понятия «шеренга» и «колонна», организационно-методические	Дифференцировать понятия «шеренга» и «колонна», строиться в колонну в	<i>Коммуникативные:</i> работать в группе, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла				

	указания. Подготовка к ГТО.	проблемного обучения	указания, подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	движении, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры	учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости			
62	Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	Выполнять беговую разминку, знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	<i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр «Ловишка», «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
63	Техника метания малого мяча на дальность	Здоровье-сбережения, индивидуальное личностного обучения, проблемного обучения	Разминка с малыми мячами, техника метания малого мяча на дальность, подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»	Знать технику метания малого мяча на дальность, выполнять разминку с малыми мячами, понимать правила подвижных игр «Бросай далеко,	<i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических			

				собирай быстрее» и «Колдунчики»	<p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»</p>	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки			
64	Тестирование метания малого мяча на дальность. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на дальность, подвижная игра «Хвостики»	Знать правила тестирования метания малого мяча на дальность, выполнять разминку с малыми мячами, понимать правила подвижной игры «Хвостики»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: рассказывать правила тестирования метания малого мяча на дальность и правила подвижной игры «Хвостики»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций			
65	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции	Разминка в движении, техника челночного бега, подвижные игры	Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега,	<p>Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные:</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла			

		действий, развития навыков самодиагностики	«Прерванные пятнашки», «Салки — дай руку»	играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»	самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки - дай руку»	учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки			
66	Бег на 1000 м. Подготовка к ГТО.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка, направленная на развитие гибкости, бег на 1000 м, подвижная игра «Воробьи — вороны»	Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без отдыха, правила подвижной игры «Воробьи — вороны»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> пробегать 1000 м без отдыха, играть в подвижную игру «Воробьи — вороны»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни			
67	Тестирование прыжка в длину с места	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, раз-	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила тестирования	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной			

		<p>вития навыков самодиагностики</p>	<p>прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»</p>	<p>прыжка в длину с места, понимать правила подвижной игры «Волк во рву»</p>	<p><i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»»</p>	<p>отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>			
68	<p>Тестирование прыжка в длину с места. Футбол. Плавание.</p>	<p>Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики</p>	<p>Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Собачки»</p>	<p>Знать правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Собачки», футбола. Безопасность на водоёмах.</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>			

					сверстниками адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Собачки»				
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Календарно-тематическое планирование 3 класс 68 часов.

№ урока	Тема урока	Технологии	Виды деятельности	Планируемые результаты			Д/з	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные		п л а н	ф а к т
Лёгкая атлетика 8 часов									
1	Т.Б. Организационно методические требования на уроках физической культуры	Здоровье сбережения, информационно коммуникационные, коллективного выполнения задания	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		02.09	

					<p><i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»</p>				
2	<p>Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики</p>	<p>Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»</p>	<p>Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		05-09.09	
3	<p>Способы метания мяча на дальность.</p>	<p>Здоровье сбережения, развития</p>	<p>Беговая разминка, различные способы метания мешочка</p>	<p>Знать, какие способы метания мешочка на</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> работать в группе, устанавливать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного</p>		05-	

	Подготовка к ГТО.	исследовательских навыков, коллективного выполнения задания	на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
4	Тестирование метания мешочка на дальность	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		12-16.09	
5	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x Юм, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x Юм, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной		12-16.09	

					<p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x Юме высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			
6	Тестирование прыжка в длину с места	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Прыжковая разминка, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		19-23.09	
7	Тестирование метания мяча на дальность. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Круговая охота»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в с и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,		19-23.09	

					<i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную и фу «Круговая охота» ответственности с задачами	социальной справедливости и свободе твенной			
8	Бег на 1000. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		26-30.09	
Спортивные игры /баскетбол/ 13 часов									
9	Т.Б. Броски и ловля мяча в парах	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Осада города»	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <i>Познавательные:</i> выполнять упраж-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и		26-30.09	

					нения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
10	Ведение мяча	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»	Знать правила закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Подвижная цель»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		03-07.10	
11	Подвижная игра «Перестрелка»	Здоровье сбережения, развивающего обучения, проблемного обучения	Разминка с мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Перестрелка»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p>Коммуникативные: аффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. лобывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь бросать и ло-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных		03-07.10	

					вить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»	ситуаций			
12	Ведение мяча	Здоровье сбережения, педагогика сотрудничества, коллективного выполнения за- дания	Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»	Знать правила закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в по- движную игру «Подвижная цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной спра- ведливости и свободе		10-14.10	
13	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	Здоровье сбережения, проблемного обучения, индивидуально личностного обучения	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу», подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно со- трудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению пре- пятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		10-14.10	

					способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»				
14	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		17-21.10	
15	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и		17-21.10	

					<i>Познавательные:</i> выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	взрослыми в разных социальных ситуациях			
16	Эстафеты с мячом	Здоровье сбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячами хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами хопами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами хопами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		24-28.10	
17	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техника ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, подвижная игра «Охотники и утки»	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, осуществлять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		24-28.10	

					действия по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»			
18	Спортивная игра «Баскетбол»	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		07-11.11
19	Эстафеты с мячом	Здоровье сбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячами хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами хопами	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> участвовать в эстафетах с мячом, играть в	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		07-11.11

					подвижные игры с мячами хопами				
20	Ведение мяча	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»	Знать правила закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Подвижная цель»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		14-18.11	
21	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Здоровье-сбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техника ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, подвижная игра «Охотники и утки»	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		14-18.11	

					<i>Познавательные:</i> выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»				
Спортивные игры /волейбол/ 13 часов									
22	Т.Б. Броски мяча через волейбольную сетку	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, индивидуально-личностного обучения	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях			21-25.11
23	Броски мяча через волейбольную сетку	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, индивидуально-личностного обучения	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях			21-25.11

					<i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»				
24	Броски мяча через волейбольную сетку	Здоровье сбережения, педагогика сотрудничества, индивидуально-личностного обучения	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях		28.11-02.12	
25	Броски мяча через волейбольную сетку	Здоровье сбережения, педагогика сотрудничества, индивидуально-личностного обучения	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через во-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях		28.11-02.12	

					лейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»				
26	Подвижная игра «Пионербол»	Здоровье сбережения, педагогика сотрудничества, информационно коммуникацион- ные	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нрав- ственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		05-09.12	
27	Подвижная игра «Пионербол»	Здоровье сбережения, педагогика сотрудничества, информационно коммуникацион- ные	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нрав- ственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		05-09.12	
28	Волейбол как	Здоровье	Разминка с мячами	Знать волейбол как	Коммуникативные:	Развитие мотивов		12	

	вид спорта	сбережения, информационно коммуникационные, педагогики сотрудничества	в парах, спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»	вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила повторение подвижной игры «Пионербол»	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <i>Регулятивные:</i> о по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол» осуществлять действие	учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками ие			
29	Подготовка к волейболу	Здоровье сбережения, информационно-коммуникационные, педагогики сотрудничества	Разминка с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. <i>Познавательные:</i> делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками		12-16.12	
30	Подготовка к волейболу	Здоровье сбережения, информационно-коммуникационные, педагогики сотрудничества	Разминка с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства		19-23.12	

					задач. <i>Познавательные:</i> делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками			
31	Подвижная игра «Пионербол»	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, информационно коммуникационные	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		19-23.12	
32	Подвижная игра «Пионербол»	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, информационно коммуникационные	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> бросать мяч через волейбольную сетку,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций			

					играть в подвижную игру «Пионербол»				
33	Контрольный урок по волейболу	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, проблемного обучения	Разминка с мячом в движении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			26-30.12
34	Подвижная игра «Пионербол»	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, информационно-коммуникационные	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций			

					играть в подвижную игру «Пионербол»				
Лыжная подготовка 14 часов									
35	Т.Б. Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, информационно-коммуникационные, коллективного выполнения задания	Организационно методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и метод ее подбора, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
36	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Здоровье сбережения, коллективного выполнения задания, педагоги сотрудничества	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации Регулятивные: сохранять заданную	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о			

		подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок			цель, контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
37	Повороты на лыжах переступанием и прыжком. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
38	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Здоровье сбережения, поэтапного формирования умственных действий, коллективного выполнения задания	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> поворачиваться на	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			

					лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом				
39	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Здоровье сбережения, поэтапного формирования умственных действий, коллективного выполнения задания	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			
40	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Здоровье сбережения, поэтапного формирования умственных действий, коллективного выполнения задания	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двух-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости			

					шажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах			
41	Одновременный двухшажный ход на лыжах. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, поэтапного формирования умственных действий, коллективного выполнения задания	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
42	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке на лыжа	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: передвигаться одновременно двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
43	Подъем	Здоровье	Передвижение на	Знать технику	Коммуникативные: добывать недо-	Развитие мотивов		

	«лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах	сбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон, спуск со склона в основной стойке	подъема на склон «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», технику торможения «плугом»	стающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> подниматься на склон «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», тормозить на лыжах «плугом»	учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни			
44	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон, спуск со склона в основной стойке	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
45	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего	Спуск на лыжах в приседе, подвижная игра «Накаты», передвижение на	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах, правила	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и			

		обучения	льжах различными ходами	подвижной игры «Накаты»	<p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»</p>	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
46	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, развития исследовательских навыков, самоанализа и коррекции действий	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со склона в низкой стойке	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	<p><i>Коммуникативные:</i> устанавливать рабочие отношения, оказывать поддержку сверстникам в достижении цели.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
47	Контрольный урок по лыжной подготовке	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Ступающий, скользящий шаг на лыжах, попеременный двухшажный и одновременный двухшажный лыжные ходы, повороты переступанием и	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, как поворачиваться на лыжах переступанием и прыжками, как передвигаться на лыжах «змейкой»,	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели,</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о			

			прыжком на лыжах, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск со склона в низкой стойке	как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в низкой стойке	адекватно понимать оценку взрослого. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе				
48	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Здоровье сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змейкой», подвижная игра «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	<i>Коммуникативные:</i> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату. <i>Познавательные:</i> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»				
Гимнастика с элементами акробатики 12 часов										
49	Т.Б. Тестирование наклона вперед из положения стоя	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Белые медведи»	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохра-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств,				

					<p>нять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»</p>	<p>доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>			
50	<p>Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики</p>	<p>Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Белые медведи»</p>	<p>Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>			
51	<p>Кувырок вперед. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье сбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения</p>	<p>Разминка на матах, техника кувырка вперед, подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка»</p>	<p><i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <i>Познавательные:</i> выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование</p>			

						эстетических потребностей, ценностей и чувств			
52	Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Здоровье сбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разминка на матах, техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие	Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
53	Варианты выполнения кувырка вперед	Здоровье сбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разминка на матах с резиновыми кольцами, варианты выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимание	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
54	Кувырок назад.	Здоровье сбережения,	Разминка на матах с резиновыми	Знать технику кувырка назад,	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и			

	Подготовка к ГТО.	индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	кольцами, техника кувырка назад, подвижная игра «Удочка»	правила подвижной игры «Удочка»	<p>точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
55	Кувырки	Здоровье сбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разминка с массажным мячом, кувырок вперед, кувырок назад, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
56	Круговая тренировка. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разминка с массажным мячом, круговая тренировка, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование			

					<p>взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	<p>эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>			
57	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	Здоровье, бережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разминка у гимнастической стенки, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, вис за весом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис за весом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p><i>Познавательные:</i> лазать и перелезать по гимнастической стенке, висеть за весом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>			
58	Прыжки через скакалку. Подготовка к ГТО.	Здоровье, бережения, поэтапного формирования умственных действий, индивидуально-личностного обучения	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	Знать технику прыжков через скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p><i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p><i>Познавательные:</i> прыгать со скакалкой, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,</p>			

						формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
59	Упражнения на гимнастическом бревне	Здоровье сбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий	Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Шмель»	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Шмель»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру «Шмель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств			
60	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			

					способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»				
Лёгкая атлетика 8 часов									
61	Т.Б. Прыжок в высоту с прямого разбега	Здоровье сбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
62	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Здоровье сбережения, развивающего обучения, проблемного обучения	Разминка со скамейками, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
63	Прыжок в высоту	Здоровье сбережения,	Разминка со скамейками,	Знать технику прыжка в высоту с	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в	Развитие мотивов учебной деятельности и			

	способом «перешагивание» на результат	развивающего обучения, проблемного обучения	прыжок в высоту способом «перешагивание» на результат, подвижная игра «Вышибалы с кеглями	разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<i>встной форме</i> Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
64	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать 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»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
65	Способы метания мяча на дальность.	Здоровье сбережения, развития	Беговая разминка, различные способы метания мешочка	Знать, какие способы метания мешочка на	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного			

	Подготовка к ГТО.	исследовательских навыков, коллективного выполнения задания	на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <i>Познавательные:</i> выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
66	Тестирование метания малого мяча на дальность	Здоровье, сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			
67	Тестирование метания мяча на дальность. Подготовка к ГТО.	Здоровье, сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Круговая охота	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в условиях коммуникации, слушать и слышать друг друга <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои			

		диагностики			оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную и фу «Круговая охота» ответственности с задачами	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и ответственности.			
68	Бег на 1000. Футбольные упражнения. Плавание.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол».	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол». Безопасность на водоёмах.	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе			

Календарно-тематическое планирование 4 класс 68 часов.

№ урока	Тема урока	Технологии	Виды деятельности	Планируемые результаты			Д/з	Дата проведения	
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные		п л а н	ф а к т
Лёгкая атлетика 8 часов									
1	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Тестирование бега на 30м с высокого старта. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развитие навыков самодиагностик и.	Разминка в движении, тестирование бега на 30м с высокого старта. Подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки – дай руку».	Знать правила проведения тестирования бега на 30м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками» и «Салки – дай руку».	Коммуникативные: Обеспечить бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: Проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки – дай руку».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	ОРУ № 1	02.09	

2	Челночный бег 3*10 м. Метание малого мяча на дальность.	Здоровье сбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Беговая разминка, челночного бега и подвижная игры «Флаг на башне».	Знать технику челночного бега, правила подвижной игры «Флаг на башне».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с заданиями и условиями коммуникации. Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результатам, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.	ОРУ № 1	05-09.09	
3	Бег 60 м. Техника прыжка в длину с разбега. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий.	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега и спортивная игры «Футбол».	Знать как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол».	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: Прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	ОРУ № 2	05-09.09	

4	Тестирование бега на 60м с высокого старта	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развитие навыков самодиагностик и.	Беговая разминки с мешочками, проведение тестирования бега на 60м с высокого старта. Проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	Знать правила проведения тестирования бега 60м с высокого старта. и правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формировать познавательные цели Познавательные: Проводить тестирование бега на 60м с высокого старта и, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Формирование установки на безопасный образ жизни	ОРУ № 2	12-16.09	
5	Техника прыжка в длину с разбега. Шестиминутный бег.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий.	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега и спортивная игра «Футбол».	Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол».	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: Прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	ОРУ № 1	12-16.09	

6	Тестирование метания малого мяча. Кроссовая подготовка.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностик и.	Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на дальность.	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на дальность.	<p>Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Проходить тестирование метание малого мяча на дальность.</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	ОРУ № 1	19-23.09
7	Бег 1000м. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, развития исследовательских навыков, самодиагностик и результатов.	Разминка, направленной на подготовку к бегу на 1000м, спортивная игра «Футбол»	Знать правила проведения тестирования бега на 1000м., правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: Пробегать дистанцию 1000м, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	ОРУ № 3	19-23.09

8	Тестирование прыжка в длину с места	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развитие навыков самодиагностик и.	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву».	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель Познавательные: Проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	ОРУ № 2	26-30.09	
Спортивные игры /волейбол/ 13 часов									
9	Техника безопасности на уроках волейбола. Броски мяча через волейбольную сетку.	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества индивидуально-личностного обучения.	Разминки с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру. «Вышибалы	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты.	ОРУ № 1	26-30.09	

					через сетку».				
10	Броски мяча через волейбольную сетку.	Здоровье, сбережения, педагогики сотрудничества индивидуально-личностного обучения.	Разминки с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру. «Вышибалы через сетку».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты.	ОРУ № 2	03-07.10	
11	Упражнения с мячом	Здоровье, сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества.	Разминка с мячом, упражнения с мячом в парах, подвижная игра «Пионербол».	Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: Установить рабочие отношения, управлять поведением партнёра. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять	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	ОРУ № 2	03-07.10	

					упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях			
12	Броски мяча через волейбольную сетку.	Здоровье, сбережения, педагогики сотрудничества индивидуально-личностного обучения.	Разминки с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку».	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру. «Вышибалы через сетку».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты.	ОРУ № 2		10-14.10
13	Упражнения с мячом	Здоровье, сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества.	Разминка с мячом, упражнения с мячом в парах, подвижная игра «Пионербол».	Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: Установить рабочие отношения, управлять поведением партнёра. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	ОРУ № 2		10-14.10

					<p>Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>			
14	Волейбольные упражнения	Здоровье, бережливости, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол».	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол».	<p>Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные Выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p>	ОРУ № 3		17-21.10
15	Передачи мяча сверху двумя руками над собой.	Здоровье, бережливости, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол».	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол».	<p>Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные Выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p>	ОРУ № 2		17-21.10
16	Передачи мяча сверху двумя руками над собой.	Здоровье, бережливости, проблемного обучения,	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила	<p>Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,</p>	ОРУ № 3		24-28.10

		развивающего обучения.	«Пионербол».	подвижной игры «Пионербол».	рабочие отношения. Регулятивные: Сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные Выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол».	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.			
17	Передачи мяча сверху двумя руками над собой и с набрасывания партнёра.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол».	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные Выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	ОРУ № 3	24-28.10	
18	Передачи мяча снизу двумя руками с набрасывания партнёра.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, передачи мяча снизу двумя руками с набрасывания партнёра, подвижная игра «Пионербол».	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные Выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	ОРУ № 3	07-11.11	

19	Передачи мяча снизу двумя руками с набрасывания партнёра.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, передачи мяча снизу двумя руками с набрасывания партнёра, подвижная игра «Пионербол».	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные Выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	ОРУ № 1	07-11.11
20	Передачи мяча снизу двумя руками с набрасывания партнёра.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, передачи мяча снизу двумя руками с набрасывания партнёра, подвижная игра «Пионербол».	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные Выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.	ОРУ № 4	14-18.11
21	Подвижная игра «Пионербол».	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разминки с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловли мяча, подвижная игра «Пионербол».	Знать технику выполнения бросков мяча через волейбольную сетку, варианты ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: Установить рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознать самого	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	ОРУ № 4	14-18.11

					себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, ловить его ,играть в подвижную игру «Пионербол».	социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.			
Спортивные игры /баскетбол/ 13 часов									
22	Техника безопасности на уроках баскетбола. Броски и ловля мяча в парах	Здоровье сбережения, Развивающего обучения, проблемного обучения.	Разучивание разминки с мячами, бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижная игра «Защита стойки».	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижная игра «Защита стойки».	Коммуникативные: Слышать и слушать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: Бросать и ловить мяч в парам, играть в подвижную игру «Защита стойки».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.	ОРУ № 4	21-25.11	
23	Броски мяча в парах на точность	Здоровье сбережения, Проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, проведение подвижная игра «Защита стойки».	Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки».	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнёра.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	ОРУ № 4	21-25.11	

					<p>Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнёра..</p> <p>Познавательные: Бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки».</p>	социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.			
24	Броски мяча в парах у стены	Здоровье сбережения, Проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминки с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная игра «Капитаны».	Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила подвижной игры «Капитаны».	<p>Коммуникативные: Слышать и слушать друг друга, управлять поведением партнера .</p> <p>Регулятивные: Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества</p> <p>Познавательные: Бросать мяч в стену разными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.	ОРУ № 2	28.11-02.12	
25	Упражнения с мячом	Здоровье сбережения, развивающего обучения,	Разминка с мячом, броски и ловли мяча, подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила	<p>Коммуникативные: Обеспечить бесконфликтную совместную работу.</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	ОРУ № 4	28.11-	

		индивидуально-личностного обучения.		подвижной игры «Штурм»	Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм».	основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций			
26	Ведение мяча	Здоровье сбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения.	Разминка с мячом, варианты ведения мяча и подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: Обеспечить бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: Осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм».	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.	ОРУ № 4	05-09.12	
27	Ведение мяча. Ведение мяча на месте и в движении.	Здоровье сбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения.	Разминка с мячом, варианты ведения мяча и подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: Обеспечить бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: Осознать самого себя как движущую силу	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	ОРУ № 4	05-09.12	

					своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм».	справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.			
28	Ведение мяча на месте и в движении с изменением направления движения.	Здоровье сбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения.	Разминка с мячом, варианты ведения мяча и подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: Обеспечить бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: Осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм».	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спортивных ситуаций.	ОРУ № 2	12-16.12	
29	Бросок мяча в баскетбольное кольцо.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества	ОРУ № 4	12-16.12	

					<p>Адекватно оценивать свои действия и действия партнёров, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	<p>со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>			
30	Баскетбольные упражнения	Здоровье, сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол».	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений, бросков в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол».	<p>Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни.</p>	ОРУ № 4	19-23.12	
31	Бросок мяча в баскетбольное кольцо.	Здоровье, сбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим</p>	ОРУ № 1	19-23.12	

					<p>друг друга.</p> <p>Регулятивные: Адекватно оценивать свои действия и действия партнёров, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	<p>людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>			
32	Баскетбольные упражнения	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол».	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений, бросков в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол».	<p>Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни.</p>	ОРУ № 3		
33	Баскетбольные упражнения	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего	Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски в баскетбольное	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений, бросков в	<p>Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение</p>	ОРУ № 2		

		обучения.	кольцо, спортивная игра «Баскетбол».	баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол».	Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол».	социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни.			
34	Баскетбольные упражнения	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол».	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений, бросков в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол».	Коммуникативные: Устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни.	ОРУ № 2		
Лыжная подготовка 14 часов									

36	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты переступанием.	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием.	<p>Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: Сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием.</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям.	Скользящий шаг.		
----	---	---	---	---	---	---	-----------------	--	--

37	<p>Попеременны й и одновременн ый двухшажный ход на лыжах. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье сбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества</p>	<p>Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком.</p>	<p>Знать технику попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, повороты на лыжах прыжком.</p>	<p>Коммуникативные: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Передвигаться на лыжах попеременный и одновременный двухшажным ходом, поворачиваться на лыжах прыжком.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни.</p>	Попеременный 2 – шажный ход	
38	<p>Попеременны й и одновременн ый двухшажный ход на лыжах</p>	<p>Здоровье сбережения, информационно-коммуникацион ные, развивающего обучения</p>	<p>Попеременный и одновременный двухшажный хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правила обгона на лыжне.</p>	<p>Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременный двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом на лыжах, правила обгона на лыжне.</p>	<p>Коммуникативные: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Передвигаться на лыжах попеременный и одновременный двухшажным ходом, обгонять на лыжной трассе.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	Попеременный 2 – шажный ход	

39	<p>Попеременны й и одновременн ый двухшажный ход на лыжах</p>	<p>Здоровье сбережения, информационно- коммуникацион ные, развивающего обучения</p>	<p>Попеременный и одновременный двухшажный хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правила обгона на лыжне.</p>	<p>Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременный двухшажным ходом, попеременным одношажнымходом на лыжах, правила обгона на лыжне.</p>	<p>Коммуникативные: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Передвигаться на лыжах попеременный и одновременный двухшажным ходом, обгонять на лыжной трассе.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	<p>Попеременный 2 – шажный ход</p>		
----	---	---	--	---	--	--	------------------------------------	--	--

40	Одновременный одношажный ход на лыжах. Подготовка к ГТО.	Здоровье, сбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Лыжные ходы, разучивание одновременно одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне.	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне.	<p>Коммуникативные: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Передвигаться на лыжах разными ходами, обгонять на лыжной трассе.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	Одновременный одношажный ход.		

41	Одновременный одношажный ход на лыжах	Здоровье, сбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Лыжные ходы, разучивание одновременно одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне.	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне.	<p>Коммуникативные: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Передвигаться на лыжах разными ходами, обгонять на лыжной трассе.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Одновременный одношажный ход.		
----	---------------------------------------	---	--	--	--	---	-------------------------------	--	--

42	Одновременный одношажный ход на лыжах	Здоровье сбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Лыжные ходы, разучивание одновременно одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне.	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне.	<p>Коммуникативные: Обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: Передвигаться на лыжах разными ходами, обгонять на лыжной трассе.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	Одновременный одношажный ход.		

43	<p>Подъём на склон «ёлочкой» ,»полуёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах</p>	<p>Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.</p>	<p>Лыжные ходы, подъём на склон «ёлочкой» ,»полуёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах</p>	<p>Знать, как передвигаться на лыжах, подниматься на склон «ёлочкой» ,»полуёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах</p>	<p>Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: Передвигаться на лыжах, подниматься на склон «ёлочкой» ,»полуёлочкой» и спускаться со склона в основной стойке.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни.</p>	<p>Подъём в гору «ёлочкой»</p>		
----	--	--	---	--	---	--	--------------------------------	--	--

44	Подъём на склон «лесенкой», торможение «плугом на лыжах	Здоровье сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения.	Лыжные ходы, подъём на склон «лесенкой», «ёлочкой», «полуёлочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом».	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъёма на склон «лесенкой», «ёлочкой», «полуёлочкой», технику спуска в основной стойке, торможения «плугом».	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: Кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «ёлочкой», «полуёлочкой», тормозить «плугом».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни.	Подъём в гору «лесенкой»		
----	---	---	--	--	--	---	--------------------------	--	--

45	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой». Подготовка к ГТО.	Здоровье, бережливости, самоанализа и коррекции действий, коллективного выполнения задания.	Лыжные ходы, подъёма на склон, спуск со склона, торможения «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой».	Знать, технику выполнения лыжных ходов, подъёма на склон, спуск со склона, торможения «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: Передвигаться на лыжах, подъёма на склон, спуск со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие навыков самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представленных нравственных норм, социальной справедливости и свободе..	Прохождение дистанции 1,5 км.		

46	Подвижная игра на лыжах «Накаты».	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона лыжах «змейкой», проведение подвижная игра «Накаты».	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», спуск со склона лыжах «змейкой», правила подвижной игры «Накаты».	<p>Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохраняя заданную цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона лыжах «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты».</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие навыков самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представленной о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе..	Прохождение дистанции 1,5 км.		
----	-----------------------------------	---	---	--	---	---	-------------------------------	--	--

47	<p>Прохождение дистанции 2 км на время. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье сбережения, развития исследовательских навыков, проблемного обучения</p>	<p>прохождение дистанции 2 км на лыжах, катание со склона в низкой стойке и свободного катания.</p>	<p>Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке и свободного катания.</p>	<p>Коммуникативные: Добыть недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.. Познавательные: Проходить дистанцию 2 км, спуски со склона в низкой стойке</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p>	Техника лыжных ходов.		

48	Подвижная игра «Подними предмет».	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, проблемного обучения	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», разучивание подвижной игры «Подними предмет».	Знать, технику спуска в низкой стойке, правила подвижной игры на лыжах «Накаты», «Подними предмет».	Коммуникативные: Добыть недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: Спуск со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты», «Подними предмет».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Прохождение дистанции 1,5 км.			
Гимнастика с элементами акробатики 12 часов										
49	Техника безопасности на уроках гимнастики. Кувырок вперёд	Здоровье сбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Разминка на матах, кувырка вперёд с места и трёх шагов, повторение подвижная игра «Удочка»	Знать технику выполнения кувырка вперёд с места и трёх шагов, правила подвижной игры «Удочка	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формировать познавательные цели, находить необходимую информацию	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	ОРУ № 3			

					<p>Познавательные: Выполнять кувырок вперёд с места и трёх шагов, играть в подвижную игру «Удочка»</p>				
50	<p>Кувырок вперёд. Гимнастический мост. Стойка на лопатках.</p>	<p>Здоровье, сбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества</p>	<p>Разминка на матах, кувырка вперёд с места и трёх шагов, повторение подвижная игра «Удочка»</p>	<p>Знать технику выполнения кувырка вперёд с места и трёх шагов, правила подвижной игры «Удочка»</p>	<p>Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формировать познавательные цели, находить необходимую информацию Познавательные: Выполнять кувырок вперёд с места и трёх шагов, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	ОРУ №2		
51	<p>Кувырок назад. Гимнастический мост. Стойка на лопатках. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье, сбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения.</p>	<p>Зарядка, кувырок назад, кувырок вперёд, подвижная игра «Мяч в туннеле»</p>	<p>Знать, правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад, вперёд, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»</p>	<p>Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные:</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и</p>	ОРУ № 4		

					Уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперёд, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.			
52	Кувырок назад. Гимнастический мост. Стойка на лопатках.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения.	Зарядка ,кувырк назад, кувырк вперёд, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать, правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад, вперёд, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: Уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперёд, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	ОРУ № 4		
53	Круговая тренировка. Гимнастический мост. Стойка на лопатках. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения.	Зарядка, круговая тренировка и игровое упражнение на внимание.	Знать как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание.	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения Регулятивные: Адекватно оценивать свои действия и действия партнёра. Видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные:	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	ОРУ № 4		

					Уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание.				
54	Лазанье по гимнастической стенке и висы. Тестирование сгибание, разгибание рук в упоре лёжа.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, индивидуально-личностного обучения	Разминки с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Ловля обезьян».	Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения вися завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель Познавательные: Лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие навыков самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	ОРУ № 4		
55	Прыжки через скакалку Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения.	Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия».	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой, и в скакалку, правила проведения подвижной игры «Горячая линия».	Коммуникативные: Слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и	ОРУ № 3		

					заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия».	свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.			
56	Тестирование наклона из положения стоя. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики и.	Разминки с гимнастическими палками, спортивная игра «Баскетбол», тестирования наклона из положения стоя.	Правила проведения тестирования наклона вперёд из положения стоя, правила спортивной игры «Баскетбол»,	Коммуникативные: Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: Проходить тестирование наклона вперёд из положения стоя, играть в спортивную игру «Баскетбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	ОРУ № 3		
57	Упражнения на гимнастическом бревне. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения	Разминки на гимнастических скамейках, упражнений на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч».	Знать какие упражнения существуют на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Салки и мяч».	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные: контролировать свою	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	ОРУ № 3		

					<p>деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч».</p>			
58	<p>Упражнения на гимнастическом бревне. Тестирование подтягиваний.</p>	<p>Здоровье сбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения</p>	<p>Разминки на гимнастических скамейках, упражнений на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч».</p>	<p>Знать какие упражнения существуют на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Салки и мяч».</p>	<p>Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	ОРУ № 4	
59	<p>Упражнения на гимнастическ</p>	<p>Здоровье сбережения, педагогики</p>	<p>Разминки на гимнастических скамейках,</p>	<p>Знать какие упражнения существуют на</p>	<p>Коммуникативные: Представлять конкретное</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного</p>	ОРУ №4	

	ом бревне.	сотрудничества, проблемного обучения	упражнений на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч».	гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Салки и мяч».	содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч».	смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.				
60	Круговая тренировка. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Разминка с обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса».	Знать какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса».	Коммуникативные: Обеспечить бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: Сохранить заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	ОРУ №4			
Лёгкая атлетика 8 часов										
61	Прыжок в высоту	Здоровье сбережения,	Разминка со скамейками,	Знать технику выполнения	Коммуникативные: Представлять	Развитие мотивов учебной деятельности и	ОРУ	У		

	способом «перешагивание»	поэтапного формирования умственных действий	прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание» подвижная игра «Вышибалы с кеглями».	прыжка в высоту с прямого разбега, прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: Выполнять прыжок высоту с прямого разбега, и способом «перешагивание» играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.			
62	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Здоровье сбережения, поэтапного формирования умственных действий	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание» подвижная игра «Вышибалы с кеглями».	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: Осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	ОРУ № 1		

					<p>Познавательные: Выполнять прыжок высоту с прямого разбега, и способом «перешагивание» играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями».</p>				
63	<p>Бег 60 м. Техника прыжка в длину с разбега. Футбол.</p>	<p>Здоровье сбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий.</p>	<p>Разминка на месте, прыжок в длину с разбега и спортивная игры «Футбол».</p>	<p>Знать как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол».</p>	<p>Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: Прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	ОРУ №2		
64	<p>Бег 60 м. Техника прыжка в длину с разбега. Футбол. Подготовка к ГТО.</p>	<p>Здоровье сбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий.</p>	<p>Разминка на месте, прыжок в длину с разбега и спортивная игры «Футбол».</p>	<p>Знать как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол».</p>	<p>Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: Контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: Прыгать в длину с разбега, играть в</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	ОРУ № 2		

					спортивную игру «Футбол».				
65	Тестирование бега на 60м с высокого старта	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развитие навыков самодиагностик и.	Беговая разминки с мешочками, проведение тестирования бега на 60м с высокого старта. Проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	Знать правила проведения тестирования бега 60м с высокого старта. и правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формировать познавательные цели Познавательные: Проводить тестирование бега на 60м с высокого старта и, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. Формирование установки на безопасный образ жизни	ОРУ №2		
66	Тестирование метания малого мяча. Кроссовая подготовка. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностик и.	Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на дальность.	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на дальность.	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: Проходить	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	ОРУ № 2		

					тестирование метание малого мяча на дальность.				
67	Бег 1000м. Подготовка к ГТО.	Здоровье сбережения, развития исследовательск их навыков, самодиагностик и результатов.	Разминка, направленной на подготовку к бегу на 1000м, спортивная игра «Футбол»	Знать правила проведения тестирования бега на 1000м., правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: Пробегать дистанцию 1000м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.			ОРУ № 2
68	Подвижные и спортивные игры. Футбол. Плавание.	Здоровье сбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний , педагогике сотрудничества	Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года.	Знать, как выбирать спортивные и подвижные игры, правила выбранных игр. Как подводить итоги четверти и года. Знать технику безопасности при плавании в открытых водоёмах.	Коммуникативные: Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию Познавательные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.			ОРУ № 1

					Играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года.			
--	--	--	--	--	---	--	--	--