

МКОУ «Ильинская средняя общеобразовательная школа»  
Катайский район Курганская область

Утверждено  
Директор школы   
Березина О.В.  
Приказ № 27 от  
« 31 » августа 2019 года



Принято на ИМС  
Протокол № 1 от  
« 30 » » августа 2019 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по физической культуре**  
**1-4 классы**

Составитель:  
Таланкина Г.М., учитель физической культуры

2019 год

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов разработана на основе: «Рабочей программы физического воспитания 1-11 классов», автором - составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2012г.

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

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

## **II. МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю (всего 405 ч): в 1 классе — 99 ч, во 2 классе — 102 ч, в 3 классе — 102 ч, в 4 классе — 102 ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

## **III. ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **Личностные результаты**

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

### **Метапредметные результаты**

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

### **Предметные результаты**

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

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

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

В результате обучения обучающиеся на ступени начального общего образования:

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

### **Знания о физической культуре**

Выпускник научится:

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

Выпускник получит возможность научиться:

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

### **Способы физкультурной деятельности**

Выпускник научится:

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

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, 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 (перекладина, брус, 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 волейбол по упрощённым правилам;

- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах

#### IV. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

##### 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 жизненно важные способы передвижения человека.

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. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

##### Способы физкультурной деятельности

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

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 в спортивных залах).

##### Физическое совершенствование

###### Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

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.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Акробатические комбинации.* Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) 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.

*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. Передвижение по гимнастической стенке.

Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

*Лёгкая атлетика. Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

*Броски:* большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

*Лыжные гонки.* Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

*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 и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

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

*На материале спортивных игр.*

*Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

##### Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

*Развитие гибкости:* широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

*Развитие координации:* произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление

отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

*Формирование осанки:* ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

*Развитие силовых способностей:* динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.

На материале лёгкой атлетики

*Развитие координации:* бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочерёдно.

### Планирование учебного материала

#### 1 класс

Раздел программы	Количество часов				
	общее	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Знания о физической культуре.	6	6	0	0	0
Гимнастика с элементами акробатики.	31	6	11	0	4
Лёгкая атлетика	16	6	0	2	8
Лыжная подготовка	22	0	0	22	0
Подвижные игры.	24	9	0	3	12
Всего.	99	27	11	27	24

#### 2 класс

Раздел программы	Количество часов				
	общее	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Знания о физической культуре.	4	4	0	0	0
Гимнастика с элементами акробатики.	28	3	21	1	3
Лёгкая атлетика	23	10	0	3	10
Лыжная подготовка	22	0	0	22	0
Подвижные игры.	25	10	0	4	11
Всего.	102	27	21	30	24

#### 3 класс

Раздел программы	Количество часов				
	общее	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Знания о физической культуре.	4	3	0	0	1
Гимнастика с элементами акробатики.	29	4	21	0	4
Лёгкая атлетика	25	10	0	6	9
Лыжная подготовка	22	0	0	22	0
Подвижные игры.	22	10	0	2	10
Всего.	102	27	21	30	24

#### 4 класс

Раздел программы	Количество часов				
	общее	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Знания о физической культуре.	5	2	2	1	0
Гимнастика с элементами акробатики.	30	4	19	3	4
Лёгкая атлетика	23	10	0	4	9
Лыжная подготовка	22	0	0	22	0
Подвижные игры.	22	11	0	0	11
Всего.	102	27	21	30	24

### МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Список литературы:

*Для учителя:*

1. Абрамов Э.Н. Оценка по физической культуре : нормативно-правовые и организационные аспекты ; / Э.Н.Абрамов Курган,2005.
- 2.Абрамов Э.Н., Бокарев Ю.Г. Третий дополнительный урок физической культуры; нормативно-правовые и организационные аспекты./ Э.Н.Абрамов, Ю.Г.Бокарев - Курган, 2005.
- 3.Патрикеев В.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 1 класс.- М.:ВАКО, 2014. – 256 с. – (В помощь школьному учителю)
- 4.Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11классов. / В. И Лях, А.А Зданевич.
- 5.Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре (Авт.-сост. А.П.Матвеев, Т.В. Петров, М:Дрофа, 2001.
- 6.Программа физического воспитания с оздоровительной направленностью для учащихся 1-9 классов общеобразовательных школ Курганской области (Шгода Л.З. ,Поварницын А.П. Комаров А.П.-Курган 1994).
- 7.Физическое воспитание в школе / авт.-сост. Е.Л. Гордияш и др. – Волгоград: Учитель, 2008. – 379 с.
- 8.Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева. – Волгоград: Учитель, 2010. – 239 с.
- 9.Ковалько В. И. Поурочные разработки по физической культуре: 1 класс. – М.: ВАКО,2008. – 256 с. – (В помощь школьному учителю).

*Для учащихся:*

- 1.Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2006.
- 2.Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погадаев - М.«Просвещение», 2006

Учебно практическое оборудование

4.1 Козел гимнастический	2
4.2 Канат для лазанья	3
4.3 Перекладина гимнастическая (пристеночная)	1
4.4 Стенка гимнастическая	8
4.5 Скамейка гимнастическая жесткая	3
4.6 Мячи:	
1) набивные ,	6
2) малый мяч ,	15
3) баскетбольные,	25
4) волейбольные,	16
5) футбольные	11
4.7 Палки роликовые	16
4.8 Скакалки	22
4.9 Мат гимнастический	8
4.10 Гимнастический подкидной мостик	2
4.11 Обручи	10
4.12 Рулетка измерительная	1
4.13 Лыжи	88
4.14 Ботинки лыжные	34
4.15 Лыжные палки	21
4.14 Щит баскетбольный тренировочный	10
4.15 Сетка волейбольная	1
4.16 Гантели	20
4.17 Гири	3
4.18 Диск здоровья	2
4.19 Колодка стартовая	2
4.20 Медицинбол	6
4.21 Насос с иглой	1
4.22 Ролик здоровья	1
4.23 Планка для прыжков	1
4.24 Стойки для прыжков в высоту	2
4.25 Стол теннисный	1
4.26 Набор теннисный	1
4.27 Шагомер	1
4.28 Свисток	1
4.29 Штанга тренировочная	1

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УЧАЩИХСЯ.

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 3 – 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.

Основные критерии выставления оценок **по теоретическому курсу**

«5» - ставится если:

- полно, осознано и правильно раскрыто содержание материала в объеме программы и учебника;
- есть самостоятельность и уверенность суждений, использованы ранее приобретенные знания (как на уроках ОБЖ, так и на уроках по другим предметам), а также знания из личного опыта и опыта других людей;
- рассказ построен логически последовательно грамотно с использованием обще научных приемов (анализа, сравнения, обобщение и выводов);
- четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно, использованы научные термины.

«4» - выставлена тогда, когда:

- раскрыто основное содержание материала, ответ самостоятелен и построен достаточно уверенно и грамотно в речевом отношении;
- в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины;
- определение понятий не полное, допускаются не значительные нарушения последовательность, искажение, 1-2 не точности в ответе при использовании научных терминов.

«3» - ставится если:

- усвоено основное содержание учебного материала, но изложено фрагментарно, не всегда последовательно;
- определения понятий не достаточно четкие;
- не используются в качестве доказательства выводы и обобщения или допускаются ошибки при их изложении, неумело применяются полученные знания в жизненных ситуациях, но могут быть устранены с помощью учителя;
- допускаются ошибки и нет точности в использовании научной терминологии и определении понятий

«2» - получает тот, кто:

- не раскрыл основное содержание учебного материала;
- не дал ответы на вспомогательные вопросы учителя;
- при проверке выполнения Д.З. не ответив не на один из вопросов;
- допускаются грубые ошибки в определении понятий и использовании терминологии.

*Итоговые оценки*

Оценка за четверть и полугодие выводится на основании текущих.

Итоговая оценка за год выставляется на основании четвертных и зачета (экзамена) по физической культуре (для выпускных классов) и за счет прироста в тестировании.

№	Упражнения	МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Прыжок в длину с места (см)	145	125	110	135	120	100
2	Метание набивного мяча (см)	310	245	215	280	215	175
3	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	10.0	10.5	10.6	10.2	10.7	11.2
4	Прыжки со скакалкой за 1 мин.	50	40	30	80	35	20
5	Поднимание туловища за 1 мин.	32	28	20	23	17	13
6	Наклон вперед сидя (см)	+9	+4	+3	+12	+8	+4
7	Бег 30 м (сек)	5.4	7.0	7.1	6.2	6.7	7.3
8	бег 60 м (сек)	15,1	14,6	14,1	15,6	15,1	14,6
9	Метание малого мяча 150г (м)	23	18	13	17	12	7
10	Подтягивание в висе (раз)	4	2	1	10	5	3
11	Ходьба на лыжах 1 км.	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30
12	Многоскоки (8 прыжков) (м)	9	7	5	8.8	6.8	4.8
13	Метание в цель с 2.5 м	5	3	1	3	2	1
14	Приседания (кол-во раз в мин)	40	38	36	38	36	34
15	Прыжок в высоту «перешагиванием»	80	75	70	70	65	60

### Учебные нормативы 2 класс

№	Упражнения	Мальчики			девочки		
		оценка			оценка		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Прыжок в длину с места (см)	145	125	110	135	120	100
2	Метание набивного мяча (см)	310	245	215	280	215	175
3	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	10.0	10.5	10.6	10.2	10.7	11.2
4	Прыжки со скакалкой за 1 мин.	50	40	30	80	35	20
5	Поднимание туловища за 1 мин.	32	28	20	23	17	13
6	Наклон вперед сидя (см)	+9	+4	+3	+12	+8	+4
7	Бег 30 м (сек)	5.4	7.0	7.1	6.2	6.7	7.3
8	бег 60 м (сек)	14,6	14,1	13,5	15,1	14,6	14,1
9	Метание малого мяча 150г (м)	23	18	13	17	12	7
10	Подтягивание в висе (раз)	4	2	1	10	5	3
11	Ходьба на лыжах 1 км.	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30
12	Многоскоки (8 прыжков) (м)	9	7	5	8.8	6.8	4.8
13	Метание в цель с 2.5 м	5	3	1	3	2	1
14	Приседания (кол-во раз в мин)	40	38	36	38	36	34
15	Прыжок в высоту «перешагиванием»	80	75	70	70	65	60
16	Пистолеты, (кол-во раз).	4	2	1	3	2	1
17	Вис на время	70	40	30			
18	Кросс 1000 м. (мин.,сек.)	Без учёта времени					

### Учебные нормативы 3 класс

№	Упражнения	Мальчики			девочки		
		оценка			оценка		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Прыжок в длину с места (см)	150	140	120	143	130	110
2	Метание набивного мяча (см)	360	270	220	345	265	215
3	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	9.5	10.0	10.2	9.9	10.3	10.8
4	Прыжки со скакалкой за 1 мин.	60	50	40	90	40	25
5	Поднимание туловища за 1 мин.	30	28	24	25	20	15
6	Наклон вперед сидя (см)	+9	+5	+3	+12	+9	+6
7	Бег 30 м (сек)	5.8	6.7	6.8	5.3	6.5	7.0
8	Бег 60 м. (сек.).	11,2	12,2	12,6	14,6	14,1	13,5
9	Метание малого мяча 150г (м)	27	22	17	19	15	10
10	Подтягивание в висе (раз)	5	3	1	12	6	5
11	Ходьба на лыжах 1 км.	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30
12	Многоскоки (8 прыжков) (м)	12.5	9	6	12.1	8.8	5
13	Прыжок в выс. "Перешагиванием"	85	80	75	75	70	65
14	Приседания (кол-во раз в мин)	42	40	38	40	38	36
15	Метание в верт. цель с 2.5 м	5	3	1	5	3	1
16	Пистолеты, (кол-во раз).	6	4	2	5	3	1
17	Вис на время	70	40	30	70	40	30
18	Кросс 1000 м. (мин.,сек.)	5,30	6,00	6,01	6,30	7,00	7,01

### Учебные нормативы 4 класс



		Мальчики			девочки		
№	Упражнения	оценка					
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Прыжок в длину с места (см)	155	145	125	150	130	115
2	Метание набивного мяча (см)	360	270	220	345	265	215
3	«Челночный бег» 3x10 м (сек.)	9.0	9.5	9.9	9.4	10.0	10.4
4	Прыжки со скакалкой за 1 мин.	70	60	55	100	60	40
5	Поднимание туловища за 1 мин.	37	31	25	27	22	15
6	Наклон вперед сидя (см)	+9	+5	+3	+12	+9	+6
7	Бег 30 м (сек)	5.5	6.0	6.5	6.0	6.3	6.8
8	Бег 60 м. (сек.).	10,5	11,6	12,0	11.0	12,3	12,9
9	Метание малого мяча 150г (м)	31	26	22	20	16	13
10	Подтягивание в висе (раз)	5	3	2	13	7	5
11	Ходьба на лыжах 1 км.	7.30	8.00	8.10	8.00	8.30	8.40
12	Прыжок в длину с разбега (см)	300	260	220	260	220	180
13	Многоскоки- 8 прыжков м.	15	14	13	14	13	12
14	Прыжок в выс. "Перешагиванием"	80	75	70	75	70	65
15	Пистолеты, (кол-во раз).	7	5	3	6	4	2
16	Метание мяча в верт. цель с 2.5 м	5	3	2	5	3	2
17	Бег 1000 м (мин,сек.)	5.00	5.30	6.00	6.1	6.3	6.5
18	Вис на время	71	60	40	65	55	30
19	Кросс 2000 м. (мин.,сек.)	Без учёта времени					

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс 99 ч

№	Тема	Дата	Элемент содержания	Предметные	Метапредметные	Личностные	Дом. задание
1	Организационно-методические указания		научить учащихся строиться в шеренгу и колонну; познакомить с организационно-методическими требованиями, которые применяются на уроке физической культуры; разучить подвижную игру «Ловишка».	иметь первоначальные представления о построении в одну шеренгу и в одну колонну, передвигаться по залу в колонне, строиться в колонну в движении по залу, выполнять команды «Направо», «Налево в обход шагом марш», «В одну колонну становись», «Класс, на месте шагом марш», «Класс, на месте стой», играть в подвижную игру «Ловишка»;	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Прочитать с родителями текст на стр. 3-4 учебника.
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта		разучить строевые команды «Равняйсь», «Смирно», «Направо», «Налево», разминку в движении; провести тестирование бега на 30 м с высокого старта; повторить правила подвижной игры «Ловишка».	иметь представление о том, как проводится тестирование бега на 30 м с высокого старта, наблюдать за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития физического качества — быстроты, играть в подвижную игру «Ловишка»;	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину	Повторить дома повороты направо и налево.
3	Техника челночного бега		повторить выполнение строевых команд, разминки в движении; познакомить с техникой челночного бега; разучить подвижную игру «Прерванные пятнашки».	иметь представление о строевых командах, о технике челночного бега, выполнять разминку в движении, понимать правила и играть в подвижную игру «Прерванные пятнашки»;	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности	Повторить челночный бег. Стр. 8-13 учебника.
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м		объяснить, что такое дистанция; разучить разминку на месте; провести тестирование челночного бега 3 * 10 м; повторить подвижную игру «Прерванные	иметь представление о дистанции, ее значении для безопасности проведения занятий по физической культуре, отслеживать изменения показателей	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	повторить дома подвижную игру «Прерванные пятнашки»;

			пятнашки».	развития физических качеств и координации движений, выполнять разминку на месте, играть в подвижную игру «Прерванные пятнашки»;	взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»	нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	
5	Возникновение физической культуры и спорта		рассказать о возникновении физической культуры и спорта; разучить разминку в движении, подвижную игру «Гуси-лебеди».	иметь представления о том, как возникли физическая культура и спорт, знать правила русской народной подвижной игры «Гуси-лебеди», ее стихотворное сопровождение;.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди»	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Повторить слова к игре «Гуси – лебеди»
6	Тестирование метания мешочка на дальность		разучить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование метания мешочка (мяча) на дальность; повторить подвижную игру «Гуси-лебеди».	иметь представления о методике проведения тестирования метания мешочка (мяча) на дальность, наблюдать за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, быстроты, выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»;	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной Игры «Гуси-лебеди»	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Стр. 13-15 учебника. Узнать о современных олимпийских чемпионах.
7	Русская народная подвижная игра «Горелки»		научить размыкаться на руки в стороны; повторить разминку, направленную на развитие координации движений; разучить русскую народную подвижную игру «Горелки»; провести упражнение на внимание и равновесие.	иметь представления об Олимпийских играх, о культуре русского народа, переданной*через подвижные игры, такие как «Горелки», выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть и «Горелки»;	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь размыкаться	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях	Стр. 15-18 Нарисовать олимпийские кольца.

					на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки»		
8	Олимпийские игры		познакомить с олимпийскими символами и традиция! ми; провести разминку с мешочками; разучить технику метания мешочка на дальность, подвижную игру «Колдунчики».	иметь представления об олимпийских символах и традициях, выполнять упражнения с мешочками, владеть техникой метания мешочков на дальность! играть в подвижную игру «Колдунчики»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Стр. 19-20
9	Что такое физическая культура		раскрыть содержание понятия «физическая культура»; повторить разминку с мешочками, технику метания мешочка на дальность, подвижную игру «Колдунчики».	иметь представления о том, что такое физическая культура, владеть техникой метания мешочков на дальность, выполнять разминку с мешочками, играть и подвижную игру «Колдунчики»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Придумать 1-2 упражнения с мешочком
10	Ритм и темп		познакомить с понятиями <i>ритм, темп</i> ; разучить разминку в кругу, подвижные игры «Салки», «Мышеловка».	иметь представления о темпе и ритме, выполнять разминку в кругу, играть в подвижные игры «Салки», «Мышеловка»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Выполнять любое упр. В ритмичном темпе с разным ритмом.
11	Подвижная игра «Мышеловка»		продемонстрировать, что такое темп и ритм; провести разминку в движении; повторить подвижные игры «Салки», «Мышеловка».	оперировать понятиями <i>ритм и темп</i> , выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Салки» и «Мышеловка»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> формировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Стр.47-52.

					ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»		
12	Личная гигиена человека		познакомить с понятием <i>гигиена</i> ; повторить разминку и движения; обучить технике высокого старта, выполнению команд «На старт», «Внимание», «Марш»; разучить подвижную игру «Салки с домиками».	иметь представления о понятии <i>гигиена</i> , о технике высокого старта и правилах выполнения команд «На старт», «Внимание», «Марш», выполнять разминку и движения, играть в подвижную игру «Салки с домиками»;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о личной гигиене человека, а также о правилах проведения подвижной игры «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта	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 установки на безопасный, здоровый образ жизни	Повторить технику высокого старта
13	Тестирование метания малого мяча на точность		разучить разминку с малыми мячами; провести тестирование метания малого мяча на точность; разучить подвижную игру «Два мороза».	выполнять разминку с мячами, иметь представления о том, как проводится тестирование метания малого мяча на точность, наблюдать за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменения показателей развития основного физического качества координации движений, играть в подвижную игру «Два мороза»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Стр. 20-21. знать названия частей тела и органов человека.
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя		провести разминку, направленную на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; повторить подвижную игру «Два мороза»; разучить упражнения на запоминание временных отрезков.	иметь представления о том, как проводится сдача тестирования наклона вперед из положения стоя, наблюдать за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основного физического качества — гибкости, выполнять разминку, направленную на развитие	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Придумать 1-2 упр. на развитие гибкости.

				гибкости, играть в подвижную игру «Два мороза»;			
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин		провести разминку, направленную на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин, разучить подвижную игру «Волк во рву»; повторить упражнения на запоминание временного отрезка.	иметь представления о том, как необходимо сдавать тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин, навык запоминания временных отрезкой наблюдать за своим физическим состоянием быстроты и силы, выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, играть в подвижную игру «Волк во рву».	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подъема туловища из положения лежа и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность	Стр 22 . знать основные части скелета человека.
16	Тестирование прыжка в длину с места		познакомить с внутренними органами человека; разучить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование прыжка в длину с места; повторить подвижную игру «Волк во рву».	иметь представления о том, как проводится тестирование прыжка в длину с места, наблюдать и своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, быстроты, координации движений, выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Стр 23 . знать основные внутренние органы человека
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа		познакомить детей со скелетом человека; повторить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа; разучить подвижную игру «Охотник и зайцы».	иметь представления о скелете человека, о правилах сдачи тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа, наблюдать за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств - силы, координации движений, выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижную игру «Охотник и зайцы»;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Стр. 24-25(задание на стр 25)
18	Тестирование виса		ознакомить детей с мышечной	иметь представления о мы-	<b>Коммуникативные:</b> сохранять	Развитие мотивов учебной	Попробовать

	на время		системой человека; разучить разминку у гимнастической стенки; провести тестирования виса на время; повторить подвижную игры «Охотник и зайцы».	шечной системе человека, о правилах сдачи тестирования виса на время, систематически наблюдать за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы и выносливости, выполнять разминку у гимнастической стенки, играть в подвижную игр «Охотник и зайцы»;	доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»	деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Запомнить 15-ти секундный отрезок времени
19	Стихотворное сопровождение на уроках как элемент развития координации движения		разучить разминку со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит», «Совушка».	иметь представление об уроках со стихотворным сопровождением, выполнять разминку со стихотворным сопровождением, играть в подвижные игры Кто быстрее схватит», «Совушка»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Повторить слова игр.
20	Тестирование отжимания от пола из положения «упор лёжа».		повторить знания детей о скелете человека; повторить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование отжимания от пола из положения «упор лёжа», разучить разминку с музыкальным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит»,	иметь представление об уроках с музыкальным сопровождением, выполнять разминку, играть в подвижные игры « Кто быстрее схватит», «Совушка»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Показать родителям упражнения со стихами.
21	Ловля и броски мяча в парах		разучить разминку с мячами, упражнения с мячом в парах, подвижную игру «Осада города».	иметь представления об упражнениях с мячами: выполнение бросков и ловли мяча различим ми способами — сверху, снизу, с отскоком	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств,	Придумать 1-2 упражнения с мячом в парах.

				от пола, ловли перед грудью, выполнять разминку с мячами, играть в подвижную игру «Осада города».	партнера, умение убеждать). <b>Регулятивные:</b> формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы	
22	Подвижная игра «Осада города»		повторить разминку с мячами; провести упражнения с мячом в парах; повторить подвижную игру «Осада города».	иметь представления об упражнениях с мячами: выполнение бросков и ловли мяча различными способами — сверху, снизу, с отскоком от пола, ловли перед грудью, выполнять разминку с мячами, играть в подвижную игру «Осада города»;	Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Подбрасывать маленький мячик или игрушку и ловить правой и левой рукой.
23	Индивидуальная работа с мячом		разучить разминку с мячами; провести упражнения с мячом: ведение мяча правой и левой рукой, броски и ловлю мяча; провести подвижную игру «Осада города».	<b>предметные:</b> иметь представления о своих физических возможностях, владеть первоначальными умениями обращения с мячом, выполнять разминку с мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Подбрасывать маленький мячик или игрушку и ловить правой и левой рукой
24	Школа укрощения мяча		повторить разминку с мячом; провести упражнения с мячом: ведение на месте и в движении, броски и ловлю мяча разучить подвижную игру «Вышибалы».	иметь представления о своих физических возможностях, владеть навыками обращения с мячом, выполнять разминку с мячом, играть в подвижную игру «Вышибалы»;	Коммуникативные: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности	Придумать 1-2 упр. С мячом
25	Подвижная игра «Ночная охота»		разучить новую разминку с мячом; выполнить упражнения	владеть умениями и навыками обращения с мячом	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование	Потренироваться стоять с



			с мячом: ведение мяча, ловлю, броски, перебрасывания; разучить подвижную игру «Ночная охота».	(ведение, ловля, броски, катание), выполнять разминку с мячом, играть в подвижную игру «Ночная охота»;	навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	закрытыми глазами на одной и двух ногах
26	Глаза закрывай — упражненье начинай		провести разминку с закрытыми глазами; повторить упражнения с мячом, подвижную игру «Ночная охота».	владеть мячом (ведение, ловля, броски, катание), выполнять разминку с закрытыми глазами, играть в подвижную игру «Ночная охота»;	Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота» знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами		Узнать на кого же можно охотиться по ночам.
27	Подвижные игры		повторить разминку с закрытыми глазами; проведет 2—4 игры по желанию учеников; подвести итоги учебной четверти.	уметь выбирать из множества игр, согласованно решать, во что играть, совместно играть в разные подвижные игры, выполнять разминку с закрытыми глазам...	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции — рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы	Индивидуальные задания на каникулы
III четверть							
28	Перекаты		Дать первоначальные представления о гимнастике и акробатике, разучить разминку на матах, технику выполнения группировки и перекатов, подвижную игру «Удочка».	иметь представления о гимнастике, о группировке, о перекатах, выполнять разминку на матах, играть в подвижную игру «Удочка»;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни	Повторить группировку.
29	Разновидности перекатов		Повторить разминку на матах, подвижную игру «Удочка»; закрепить технику выполнения группировки; познакомиться с разновидностями перекатов.	иметь представления о группировке и перекатах, выполнять разминку на матах, играть в подвижную игру «Удочка»;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Повторить перекаты на спине в группировке.

30	Техника выполнения кувырка вперед		Повторить разминку на матах с использованием новых упражнений, подвижную игру «Удочка»; закрепить технику выполнения группировки; разучить технику кувырка вперед.	иметь представления о технике выполнения кувырка вперед, выполнять разминку на матах, играть в подвижную игру «Удочка»;	Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; кувырок вперед играть в подвижную игру «Удочка»	сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни	Стр. 26-28 Осанка.
31	Кувырок вперед		провести разминку на матах; повторить выполнение перекатов, кувырка вперед; разучить подвижную игру «Успей убрать».	иметь представления о технике выполнения кувырка вперед, об осанке и факторах, влияющих на ее изменения, выполнять разминку на матах, играть в подвижную игру «Успей убрать»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Стр 29-32
32	Стойка на лопатках. мост		разучить разминку, направленную на сохранение правильной осанки, стойку на лопатках и мост, подвижную игру «Волшебные елочки».	иметь представления о том, какие упражнения помогают сохранять правильную осанку, как совершенствуют технику выполнения кувырка вперед, что такое мост и стойка на лопатках, выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, играть в п/и «Волшебные елочки	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни	Стр.32-34
33	Стойка на лопатках. Мост, совершенствовани е		повторись разминку, направленную на сохранение правильной осанки, стойку на лопатках и мост, подвижную игру Волшебные елочки»; совершенствовать технику выполнения кувырка вперед.	иметь представления о том, какие упражнения помогают сохранять правильную осанку, совершенствуют технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и моста, выполнять разминку, направленную на сохранение			Стр 33-34

34	Стойка на голове		разучить разминку на матах с резиновыми кольцами, и технику выполнения стойки на голове; совершенствовать технику исполнения кувырка вперед.	иметь представления о технике выполнения стойки на голове, выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами и игровые упражнения	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни	Стр34-35 запомнить баллы
35	Лазанье по гимнастической стенке		провести разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке; совершенствовать технику выполнения стойки на голове.	иметь представления о лазанье по гимнастической стенке, выполнять разминку с гимнастической стенкой и игровые упражнения	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. Регулятивные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание голове, проводить игровое упражнение на внимание	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	Стр 35-36. Сердце и кровеносные сосуды
36	Перелезание на гимнастической стенке		разучить разминку с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке; совершенствовать технику кувырка вперед, стойки на голове.	иметь представления о сердце и кровеносных сосудах, об их значении для здоровья человека, выполнять игровые и разминочные упражнения, уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять кувырок вперед и стойку на голове.	Регулятивные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание голове, проводить игровое упражнение на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Стр. 37-41. Органы чувств
37	Висы на перекладине		повторить разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке; разучить различные висы на перекладине.	иметь представления о том, что такое висы и какие они бывают, уметь лазать по гимнастической стенке, проводить разминку с гимнастическими палками и подвижную игру «Удочка»;	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Стр 37-38 строение глаза

38	Круговая тренировка		разучить разминку с гимнастическими палками; провести круговую тренировку.	иметь представления о специальных упражнениях для сохранения хорошего зрения, о том, что такое круговая тренировка, уметь лазать по гимнастической стенке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, выполнять разминку с гимнастическими палками и игровое упражнение на внимание;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 40-41 Береги глаза и зрение
39	Прыжки со скакалкой		разучить разминку со скакалками, прыжки со скакалкой, подвижную игру «Шмель».	иметь представления о том, что такое скакалка и какие упражнения с ней можно выполнять, о пользе прыжков со скакалкой и о здоровье как факторе успешной учебы и социализации, выполнять разминку со скакалками и прыжковые упражнения, уметь организовать подвижную игру «Шмель»;	Коммуникативные: формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Стр 42-44. Органы слуха
40	Прыжки в скакалку		повторить разминку со скакалками, прыжки со скакалкой, подвижную игру «Шмель»; разучить прыжки в скакалку.	иметь представления о прыжках в скакалку, о здоровье как факторе успешной учебы и социализации, выполнять разминку со скакалками и прыжковые упражнения, уметь организовать подвижную игру «Шмель»;	Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель»		Стр 44-45. Орган осязания-кожа.
41	Круговая тренировка		провести разминку со скакалками, круговую тренировку; разучить подвижную игру «Береги предмет».	иметь представления о том, что такое круговая тренировка, о ее позитивном влиянии на развитие человека — физическое, интеллектуальное, эмоциональное, выполнять разминку со скакалками, играть в подвижную игру «Береги предмет»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно оценивать свои действия Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 45-46. Нос.

42	Вис углом и вис согнувшись на гимнастической стенке		повторить разминку со скакалками; разучить вис углом и вис согнувшись на гимнастической стенке провести подвижную игру «Волк во рву».	иметь представления о гимнастических кольцах, уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, выполнять разминку со скакалками, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом, вис прогнувшись и вис согнувшись на гимнастической стенке проводить подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр 46. Язык.
43	Вис прогнувшись на гимнастической стенке		разучить разминку с резиновыми кольцами, вис прогнувшись гимнастической стенке повторить вис углом и вис согнувшись гимнастической стенке подвижную игру «Волк во рву».	иметь представления о висте прогнувшись на гимнастической стенке здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с резиновыми кольцами и подвижной игры «Волк во рву»;	Коммуникативные: формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на гимнастической стенке проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр.112-114. Виды гимнастики и основные стойки.
44	Переворот назад и вперед на гимнастической стенке		провести разминку с резиновыми кольцами; повторить вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастической стенке, п\и «Попрыгунчики-воробушки».	иметь представления и выполнять разминку с резиновыми кольцами, играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»;	Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр.114-116 ОРУ и утренняя гимнастика.
45	Вращение обруча		разучить разминку с обручами; совершенствовать выполнение упражнений на кольцах; повторить комбинации на кольцах, п\и «Попрыгунчики-воробушки».	иметь представления об обруче, о том, какие упражнения с ним можно делать, выполнять разминку с обручем, играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»;	взрослого; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Потренироваться стоять на одной ноге с закрытыми глазами
46	Обруч: учимся им управлять		повторить разминку с обручами, подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»; совершенствовать комбинации на кольцах.	иметь представления об упражнениях с обручем, выполнять упражнения на кольцах, разминку с обручем, играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»;			Запомнить время стояния на одной ноге.

47	Круговая тренировка		разучить разминку с массажными мячами; провести круговую тренировку, подвижную игру по желанию учеников.	иметь представления о массажных мячах и о том, какие упражнения можно с ними выполнять, проводить разминку с массажными мячами, проводит круговую тренировку и организовывать подвижные игры;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Придумать, как можно изменить правила игры для интереса.
48	Круговая тренировка		Повторить разминку с массажными мячами; провести круговую тренировку, подвижную игру по желанию учеников.	иметь представления о массажных мячах и о том, какие упражнения можно с ними выполнять, проводить разминку с массажными мячами, проводит круговую тренировку и организовывать подвижные игры;	адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку с массажными мячами, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижные игры		Пожелания на каникулы – больше движения.
III четверть							
49	Организационно-методические требования на уроках, посвященных лыжной подготовке. Ступающий шаг на лыжах без палок		познакомить учеников с организационно-методическими требованиями на уроках, посвященных лыжной подготовке; проверить инвентарь и лыжную форму учеников; разучить ступающий шаг на лыжах без палок.	иметь представления о лыжах, правилах катания на них, о том, какую спортивную форму следует надевать, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь видеть	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Найти и прочитать текст по теме урока в учебнике.
50	Ступающий шаг на лыжах без палок		повторить с учениками организационно-методические требования на уроках, посвященных лыжной подготовке; проверить инвентарь и лыжную форму учеников; повторить ступающий шаг на лыжах без палок.	иметь представления о лыжах, правилах катания на них, о том, какую спортивную форму следует надевать, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека;	указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом		Повторить текст по теме урока в учебнике.
51	Скользкий шаг на лыжах без палок		разучить различные варианты переноски лыж, технику скользящего шага на лыжах; повторить технику ступающего шага на лыжах.	иметь представления о передвижении на лыжах скользящим шагом без палок, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания и» лыжах;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель;	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Найти и прочитать текст по теме урока в учебнике.
52	Скользкий шаг на лыжах без палок		Повторить различные варианты переноски лыж, технику скользящего шага на лыжах; ступающего шага на лыжах.	иметь представления о передвижении на лыжах скользящим шагом без палок,	Познавательные: уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок		Повторить текст по теме урока в учебнике
53	Повороты		совершенствовать технику	иметь представления о том,	Коммуникативные: слушать и	Развитие мотивов учебной	Найти и

	переступанием на лыжах без палок		ступающего шага на лыжах без палок; повторить технику скользящего шага на лыжах (без) палок; разучить технику поворотов переступанием на лыжах без палок.	как выполняется поворот переступанием на лыжах без палок, уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь переносить лыжи на плечо, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок	деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми	прочитать текст по теме урока в учебнике
54	Повороты переступанием на лыжах без палок		совершенствовать технику ступающего шага на лыжах без палок; повторить технику скользящего шага на лыжах (без) палок; повторить технику поворотов переступанием на лыжах без палок.	иметь представления о том, как выполняется поворот переступанием на лыжах без палок, уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Повторить текст по теме урока в учебнике.
55	Ступающий шаг на лыжах с палками		разучить технику переноски лыж с палками, ступающий шаг на лыжах с палками; повторить технику ступающего и скользящего шага без палок, повороты на лыжах без палок.	иметь представления о технике передвижения ступающим шагом с палками, а также о способах переноски лыж с палками, о позитивном влиянии лыжной подготовки на физическое состояние человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Найти и прочитать текст по теме урока в учебнике
56	Ступающий шаг на лыжах с палками		повторить технику переноски лыж с палками, ступающий шаг на лыжах с палками; совершенствовать технику ступающего и скользящего шага без палок, повороты на лыжах без палок.				Повторить текст по теме урока в учебнике
57	Скользящий шаг на лыжах с палками		повторить скользящий шаг без палок, ступающий шаг без палок и с палками; разучить технику передвижения на лыжах скользящим шагом с палками.	иметь представления о технике передвижения скользящим шагом с палками, а также о способах переноски лыж с палками, уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, скользящим шагом с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить отжимания от пола – по 20 отжиманий в день.
58	Скользящий шаг на лыжах с палками		повторить скользящий шаг без палок, ступающий шаг без палок и с палками; скользящий шаг с палками.				Посмотреть по телевизору соревнования по лыж. видам спорта.
59	Повороты переступанием на лыжах с палками		повторить ранее изученные лыжные ходы без палок, с палками; разучить технику поворотов переступанием на лыжах с палками.	иметь представления о технике поворотов переступанием на лыжах с лыжными палками, уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Стр. 155. Подъём полуёлочкой и спуск на лыжах.

60	Повороты переступанием на лыжах с палками		повторить ранее изученные лыжные ходы без палок, с палками; поворотов переступанием на лыжах с палками.	иметь представления о технике поворотов переступанием на лыжах с лыжными палками, уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	партнеров. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками	ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 155. Подъём полуёлочкой и спуск на лыжах.
61	Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок		повторить ранее изученные лыжные ходы с палками и без; разучить технику подъема на склон «полуёлочкой» на лыжах без палок, спуск со склона на лыжах без палок.	иметь представления о технике подъема на склон «полуёлочкой» и спуска с него в основной стойке на лыжах без палок, уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах как по ровной поверхности, так и с горок;	Коммуникативные:; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу .Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основной стойке и подъем на него «полуёлочкой» на лыжах без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить отжимания от пола – по 20 отжиманий в день.
62	Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок		Совершенствовать ранее изученные лыжные ходы с палками и без; повторить технику подъема на склон «полуёлочкой» на лыжах без палок, спуск со склона на лыжах без палок.				Повторить отжимания от пола – по 20 отжиманий в день.
63	Подъем и спуск под уклон на лыжах с палками		повторить ступающий и скользящий шаг с лыжными палками, спуск со склона и подъем на склон без лыжных палок; разучить технику спуска со склона и подъем на склон с лыжными палками, технику торможения падением.	иметь первоначальные сведения о технике подъема на склон «полуёлочкой» и спуска с него и основной стойке на лыжах с лыжными палками, владеть умением тормозить падением, умениями организовать здоровьесбер-ю жизнедеятельность с помощью катания на лыжах по ровной поверхности, и с горок;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками, торможение падением	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить наклоны вперед из положения сидя и стоя
64	Подъем и спуск под уклон на лыжах с палками		повторить ступающий и скользящий шаг с лыжными палками, спуск со склона и подъем на склон без лыжных палок; и технику спуска со склона и подъем на склон с лыжными палками, технику торможения падением.				Повторить наклоны вперед из положения сидя и стоя.
65	Прохождение дистанции 1 км на лыжах		повторить скользящий шаг на лыжах с палками, спуск и подъем на склон на лыжах с палками; выполнить прохождение дистанции 1 км на лыжах.	иметь представление о возможностях своего организма, его выносливости, проходя дистанцию 1 км, владеть техникой спуска в основной стойке на лыжах с лыжными палками, техникой подъема на склон «полуёлочкой», уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность <sup>б</sup> с	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь проходить на	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить приседания по 20 раз в день, не забывая повторять ранее заданные
66	Прохождение дистанции 1 км на лыжах		повторить скользящий шаг на лыжах с палками, спуск и подъем на склон на лыжах с палками; выполнить прохождение дистанции 1 км				Повторить приседания по 20 раз в день, не забывая повторять ранее



			на лыжах.	помощью катания на лыжах по лыжной трассе, и с горок;	лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками		заданные
67	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»		повторить скользкий шаг на лыжах с палками; разучить скользкий шаг на лыжах с палками змейкой; познакомиться с биатлоном.	иметь представления о биатлоне и передвижении скользким шагом на лыжах змейкой, овладеть умением организовывать	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь передвигаться «змейкой» на лыжах и метать на точность	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Уточнить, что представляет из себя биатлон
68	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»		Повторять скользкий шаг на лыжах с палками; скользкий шаг на лыжах с палками змейкой; знакомить с биатлоном.	здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			повторить, что представляет из себя биатлон
69	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах		выполнить прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; совершенствовать технику передвижения на лыжах.	иметь представление о возможностях своего организма, его выносливости, проходя дистанцию 1,5 км, владеть техникой спуска в основной стойке на лыжах с лыжными палками, техникой подъема на склон «полуелочкой», уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах как по лыжной трассе, так и с горок;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км, уметь выполнять различные лыжные ходы, спускаться со склона и подниматься на него, тормозить падением	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить запоминание 10-секундного отрезка времени
70	Контрольный урок по лыжной подготовке		повторить различные шаги на лыжах с палками и без, подъем и спуск на лыжах; совершенствовать технику торможения падением.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах как по ровной лыжне, так и со склона;			Спортивная форма для зала.
71	Преодоление полосы препятствий		разучить разминку на гимнастической скамейке; выполнить прохождение полосы препятствий; повторить подвижную игру «Белочка-защитница».	иметь представления о том, что такое полоса препятствий, и о возможностях ее прохождения, выполнять разминку на гимнастических скамейках, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»;	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку на	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах подвижную игру «Белочка-защитница»	Повторить повороты направо налево. Прыжки через скакалку.
72	Преодоление усложненной полосы препятствий		повторить разминку на гимнастической скамейке, подвижную игру «Белочка-защитница»; выполнить прохождение усложненной	препятствий и возможности ее прохождения, играть в подвижную игру «Белочка-защитница», выполнять			Стр. 100.

			полосы препятствий.	разминку на гимнастических скамейках;	гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»		
73	Техника прыжка в высоту с прямого разбега		разучить разминку с гимнастическими скамейками, технику прыжка в высоту с прямого разбега, подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	иметь представление о прыжках в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны», выполнять разминку с гимнастическими скамейками	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; 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: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Стр. 102.
74	Прыжок в высоту с прямого разбега		повторить разминку с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту с прямого разбега, подвижную игру «Бегуны и прыгуны».	иметь представления о прыжках в высоту с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью подвижной игры «Бегуны и прыгуны» и разминки с гимнастическими скамейками;	самое себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»		Стр. 102. повторить прыжки.
75	Прыжки в высоту Прыжок в высоту спиной вперед		повторить разминку со стихотворным сопровождением совершенствовать технику прыжка в высоту с прямого разбега, разучить технику прыжка в высоту спиной вперед, подвижную игру «Грибы-шалуны».	иметь представления о технике прыжка в высоту спиной вперед и лицом вперед с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью подвижной игры «Грибы-шалуны» и разминки со стихотворным сопровождением	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания. Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; Познавательные: уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	Прочитать текст о гимнастических снарядах и инвентаре.
76	Броски и ловля мяча в парах		разучить разминку с мячом, технику бросков и ловли мяча в парах, подвижную игру «Котел».	владеть правильной техникой бросков и ловли мяча в парах, иметь представление о значении подвижных игр для укрепления физического, социального, психического здоровья человека, об их позитивном влиянии на развитие человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры Котел»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Выучить несколько считалок.

IV четверть

77	Ведение мяча на месте и в движении Эстафеты с мячом		разучить технику ведения мяча на месте и в движении; разучить разминку с мячом; провести эстафету с мячом.	иметь представления о технике ведения мяча, владеть техникой ведения мяча, выполнять упражнения с мячами в эстафете;	Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Найти и прочитать текст про эстафеты с мячом.
78	Броски мяча через волейбольную сетку, точность бросков		разучить разминку в парах, броски мяча через волейбольную сетку на точность, подвижную игру «Забросай противника мячами».	иметь представления о броске мяча через сетку с дальних дистанций, владеть техникой передачи мяча через волейбольную сетку, выполнять разминку с мячами в движении по кругу, играть в подвижную игру «Вышибалы черезсетку»;	Коммуникативные: формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты	Повторить наклоны из положения сидя
79	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций		повторить разминку с мячом в движении по кругу, подвижную игру «Вышибалы через сетку»; разучить броски мяча на дальность.	иметь представления о броске мяча через сетку с дальних дистанций, владеть техникой передачи мяча через волейбольную сетку, выполнять разминку с мячами в движении по кругу, играть в подвижную игру «Вышибалы черезсетку»;	Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами.

80	Бросок набивного мяча от груди		разучить разминку с набивными мячами, технику броска набивного мяча от груди; повторить подвижную игру «Вышибалы через сетку».	иметь представления о броске набивного мяча от груди, владеть техникой броска мяча через волейбольную сетку, выполнять разминку с набивными мячами, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»;	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами
81	Бросок набивного мяча снизу		повторить разминку с набивными мячами, технику броска набивного мяча от груди; разучить технику броска набивного мяча снизу; провести подвижную игру «Вышибалы через сетку»	иметь первоначальное представление о технике броска набивного мяча от груди, владеть техникой броска мяча через волейбольную сетку, выполнить разминку с набивными мячами, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»;	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить приседания разных видов.
82	Подвижная игра «Точно в цель»		разучить разминку с малыми мячами, подвижную игру «Точно в цель»; повторить технику броска набивного мяча снизу и от груди.	владеть техникой выполнения бросков набивного мяча снизу и от груди, выполнять разминку с малыми мячами, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Коммуникативные: формировать навыки речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни	Придумать новое название для этой игры.

83	Тестирование виса на время		провести разминку с малыми мячами, тестирование виса на время; повторить подвижную игру «Точно в цель».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием показателями развития основных физических качеств — силы и выносливости, выполнять разминку с малыми мячами, игра й в подвижную игру «Точно в цель»;	Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни	Повторить наклон из положения сидя и стоя.
84	Тестирование наклона вперед из положения стоя		разучить разминку на гибкость, подвижную игру «Собачки»; провести тестирование наклона вперед из положения стоя.	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — силы, координации движений, выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, играть в подвижную игру «Собачки»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Выполнять по 3 раза в день по 10 приседаний.
85	Тестирование прыжка в длину с места		провести беговую разминку, тестирование прыжка в длину с места; повторить подвижную игру «Собачки».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — силы, координации движений, выполнять беговую разминку, играть в подвижную игру «Собачки»;	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить отжимания от пола.
86	Тестирование подтягивания на низкой перекладине		разучить разминку в движении, подвижную игру «Лес, болото, озеро»; провести тестирование подтягивания на низкой перекладине.	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — силы,	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои	Повторить подём туловища из положения лёжа.

				координации движений, выполнять разминку в движении, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»;	Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	поступки	
87	Тестирование подъема туловища за 30 с		повторить разминку в движении, подвижную игру «Лес, болото, озеро»; провести тестирование подъема туловища за 30 с	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — силы, координации движений, выполнять разминку в движении, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»;	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить считалки.
88	Техника метания на точность		разучить разминку с мешочками, подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»; различные варианты метания и бросков на точность.	иметь первоначальные представления о технике метания различных предметов на точность, выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Придумать свою оригинальную считалку
89	Тестирование метания малого мяча на точность		повторить разминку с мешочками, подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»; провести тестирование метания малого мяча на точность.	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — ловкости и координации движений, выполнять разминку с мешочками, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Придумать или вспомнить игры для зала.

90	Подвижные игры для зала		разучить разминочную игру «Запрещенное движение»; провести 2—3 подвижные игры для зала; выполнить игровое упражнение на равновесие.	иметь представления о том, как можно разнообразить разминку, делая ее еще более интересной	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Вспомнить беговые упражнения.
91	Беговые упражнения		провести разминку в движении; разучить беговые упражнения; повторить подвижную игру «Колдунчики».	иметь представления о значении беговых упражнений для укрепления здоровья, выполнять разминку в движении, играть в подвижную игру «Колдунчики»;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Повторить технику высокого старта.
92	Тестирование бега на 30 м с высокого старта		повторить разминку в движении; провести тестирование бега на 30 м с высокого старта; разучить подвижную игру «Хвостик».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты и скоростной выносливости, выполнять разминку в движении, играть в подвижную игру «Хвостик»;	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостик»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить выпрыгивания «лягушка». 20 раз.
93	Тестирование челночного бега 3 x 10 м		провести разминку в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м; разучить подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты, скоростной выносливости, координации	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Узнать, какие метательные предметы используются в спорте.

				движений, выполнять разминку в движении, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	тестирование челночного бега 3 * 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	справедливости и свободе	
94	Тестирование метания мешочка на дальность		провести разминку, направленную на развитие координации движений, тестирование метания мешочка на дал мм) и повторить подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстро»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты, силы и координации движений, , организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и подвижных игр .	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстро»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторять подьёмы туловища не менее 30 раз в день.
95	Командная подвижная игра «Хвостики»		повторить разминку, направленную на развитие координации движений, подвижную игру «Совушка»; разучить командную подвижную игру «Хвостики».	иметь представление о том, что такое координация движений, и о ее значении для жизни человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижных игр «Хвостики» и «Совушка»;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить названия различных птиц.
96	Русская народная подвижная игра «Горелки»		провести разминку, направленную на развитие координации движений; повторить русскую народную подвижную игру «Горелки»; разучить подвижную игру «Игра в птиц».	иметь представления о культуре русского народа, переданной через подвижные игры, такие, как «Горелки»; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижных игр «Горелки» и «Игра в птиц»;	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях	Вспомнить названия игр с птицами.
97	Командные		провести разминку в	иметь представления о том,	Коммуникативные: слушать и	Развитие мотивов учебной	Вспомнить игры с



	подвижные игры		движении; повторить командную подвижную игру «Хвостики»; разучить командную подвижную игру «День и ночь».	что такое командный дух, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и командных подвижных игр «Хвостики» и «День и ночь»;	слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Хвостики» и «День и ночь»	деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	мячом.
98	Подвижные игры с мячом		повторить разминку в движении; провести подвижную игру «Вышибалы»; разучить подвижную игру «Игра в птиц с мячом».	иметь представления о подвижных играх с мячом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижные игры «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Выбрать игры для последнего урока.
99	Подвижные игры		провести подвижную игру «Салки», 3—4 игры по желанию учеников; подвести итоги учебного года.	уметь выбирать из множества игр и согласованно решать, во что играть, играть в разные подвижные игры;	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Летом вести подвижный образ жизни, закаляться.

	2 класс 102 часа	Дата	Цели	Формируемые УУД			Домашнее задание
	Тема			предметные	метапредметные	личностные	
1	Организационно-методические указания		повторить построение в шеренгу и колонну; познакомить учеников с организационно-методическими требованиями, которые применяются на уроке физической культуры; повторить подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками	строиться в одну шеренгу и в одну колонну, передвигаться по залу в колонне, строиться в колонну в движении, выполнять строевые команды и организационно-методические требования, которые применяются на уроке физической культуры, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью подвижных игр «Ловишка» и «Салки с домиками»;	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Приготовить форму для улицы
2	Тестирование бега на 30 м и 60м с высокого старта		разучить беговую разминку; провести тестирование бега па 30 м с высокого старта, подвижную игру «Ловишка»; разучить подвижную игру «Салки - дай руку».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Ловишка», «Салки — дай руку»;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр «Ловишка», «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	Повторить дома повороты направо, налево
3	Техника челночного бега		разучить разминку в движении; повторить технику челночного бега; провести подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку».	иметь представление о технике челночного бега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»;	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели. <b>Познавательные:</b> рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»		Повторить технику челночного бега
4	Тестирование челночного бега 3 х 10 м		повторить разминку в движении; провести тестирование челночного бега 3 х 10 м, подвижную игру «Колдунчики».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития физических качеств — быстроты и координации движений;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> рассказывать правила тестирования челночного бега 3 х 10 м и правила подвижной игры «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Повторить упражнения на равновесие.

5	Техника метания мешочка на дальность		разучить разминку с мешочками; совершенствовать технику метания мешочка на дальность; провести подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики».	иметь представление о технике метания мешочка на дальность, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мешочками и подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, <b>Познавательные:</b> рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности	Стр. 104-106
6	Тестирование метания мешочка на дальность		повторить разминку с мешочками; провести тестирование метания мешочка на дальность, подвижную игру «Хвостики».	иметь представление о тестировании метания мешочка (мяча) на дальность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств ;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> рассказывать правила тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Хвостики»	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 формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Узнать, какие существуют метательные снаряды
7	Упражнения на развитие координации движений		разучить разминку, направленную на развитие координации движений, метание гимнастической палки ногой; провести подвижную игру «Командные хвостики».	иметь представление о метании гимнастической палки ногой, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Командные хвостики»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> рассказывать о физических качествах и о технике выполнения метания гимнастической палки ногой, играть в подвижную игру «Командные хвостики»		Попробовать запомнить дома 15 – ти секундный отрезок времени
8	Физические качества		повторить разминку, направленную на развитие координации движений; познакомить с физическими качествами; повторить метание гимнастической палки ногой; провести игру Командные хвостики»	иметь представления о том, что такое физические качества, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Командные хвостики»;			Повторить дома определение «Физических качеств»
9	Техника прыжка в длину с разбега		разучить разминку в движении, технику прыжка в длину с разбега, подвижную игру «Флаг на башне».	иметь представление о прыжке в длину с разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Флаг на башне»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Повторить сведения о физических качествах
10	Прыжок в длину с разбега		провести разминку в движении; повторить технику прыжка в длину с разбега и подвижную игру	иметь представление о прыжке в длину с разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в			110 Правило соревнований в прыжках

			«Флаг на башне».	движении и подвижной игры «Флаг на башне»;	деятельности и формы сотрудничества. <b>Познавательные:</b> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	отзывчивости, сочувствия другим людям, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
11	Прыжок в длину с разбега на результат		разучить разминку в движении; провести прыжки в длину с разбега на результат и подвижные игры «Салки» и «Флаг на башне».	иметь представление о прыжке в длину с разбега на результат, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. <b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, правила подвижных игр «Салки и «Флаг на башне»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,	Вспомнить и подобрать подвижные игры на улице
12	Подвижные игры		повторить разминку в движении; совершенствовать технику прыжка в длину на результат; 1—2 подв. игры по желанию детей.	владеть техникой прыжка в длину с разбега на результат, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр	<b>Коммуникативные:</b> организовывать и осуществлять совместную деятельность, <b>Регулятивные:</b> использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> выполнять прыжок в длину с разбега на результат, выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, , развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Спортивная форма для зала
13	Тестирование метания малого мяча на точность		разучить разминку с малыми мячами; провести тестирование метания малого мяча на точность; разучить подвижную игру «Бездомный заяц».	иметь представление о тестировании метания малого мяча на точность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — координации движений,	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	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	Стр. 96-97 легкая атлетика
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя		разучить разминку, направленную на развитие гибкости; тестирование наклона вперед из положения стоя; повторить подвижную игру «Бездомный заяц».	иметь представление о тестировании наклона вперед из положения стоя; владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — гибкости, подв. игры «Бездомный заяц»;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Бездомный заяц»		Стр. 96-98 Ходьба и бег

15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин		повторить разминку, направленную на развитие гибкости; провести тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин и подвижную игру «Вышибалы».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости, и подвижной игры «Вышибалы»;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа, играть в подвижную игру «Вышибалы»	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	Стр. 98 иллюстрации повторить, запомнить
16	Тестирование прыжка в длину с места.		разучить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование прыжка в длину с места и подвижную игру «Волк во рву».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты, силы и координации движений, а развитие координации движений, и подвижной игры «Волк во рву»;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в игру «Волк во рву»		Повторить отжимания от пола
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись		повторить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись и подвижную игру «Вышибалы».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств - силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Вышибалы»;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Вышибалы»	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	Повторить различные висы
18	Тестирование виса на время		разучить разминку у гимнастической стенки; провести тестирование виса на время; разучить подвижную игру «Ловля обезьян».	разучить разминку у гимнастической стенки; провести тестирование виса на время; разучить подвижную игру «Ловля обезьян».	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»		Стр. 108 -109 «Запомнить»
19	Подвижная игра «Кот и мыши»		повторить разминку у гимнастической стенки; разучить упражнения в подлезании и подвижную игру «Кот и мыши».	иметь представление о вариантах подлезания под препятствие, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки у гимнастической стенки и подвижной игры «Кот и мыши»;	<b>Коммуникативные:</b> , с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять подлезания, играть в подвижную игру «Кот и мыши»	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,	Стр. 73-76 Тренировка ума и характера

20	Режим дня Тестирование отжимания от пола из положения «упор лёжа».		познакомить с режимом дня; разучить разминку с малыми мячами; тестирование отжимания от пола из положения «упор лёжа»; повторить различные варианты подлезаний; провести подвижную игру «Кот и мыши».	иметь представление о режиме дня, о вариантах подлезания под препятствие (во время проведения тестирования по подгруппам) организовывать здоровьесберегающую разминку с малыми мячами и подвижной игры «Кот и мыши»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> рассказывать о режиме дня, подлезать под препятствие, выполнять тестирование отжимания от пола из положения «упор лёжа», играть в подвижную игру «Кот и мыши»	умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Стр. 74-76 повторить. Уметь рассказывать про свой режим дня.
21	Ловля и броски малого мяча в парах		повторить разминку с малыми мячами; разучить ловлю и броски малого мяча в парах и подвижную игру «Салки с резиновыми кружочками».	иметь представление о ловле и бросках малого мяча в парах, организовывать здоровьесберегающую разминку с малыми мячами и подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее. <b>Познавательные:</b> повторить упражнения с малым мячом как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кружочками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Составить свой режим дня
22	Подвижная игра «Осада города»		разучить разминку с мячами в парах; совершенствовать технику ловли и бросков мяча в парах; провести подв. игру «Осада города».	владеть техникой ловли и броска мяча, организовывать здоровьесберегающую разминку с мячами в парах и подвижной игры «Осада города»;	<b>Коммуникативные:</b> использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»	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	Узнать, что такое самоконтроль и как его можно осуществлять
23	Броски и ловля мяча в парах		повторить разминку с мячами в парах; совершенствовать технику ловли и бросков мяча в парах; провести подвижную игру «Осада города».	владеть техникой ловли и броска мяча, организовывать здоровьесберегающую разминку с мячами в парах и подвижной игры «Осада города»	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности.		Стр. 81 – 84

					<i>Познавательные:</i> выполнять упражнения с мячом в парах, играть в подвижную игру «Осада города»		
--	--	--	--	--	---	--	--

24	Частота сердечных сокращений, способы ее измерения		познакомить со способами измерения частоты сердечных сокращений; совершенствовать технику ведения мяча; разучить разминку с мячами и подвижную игру «Салки с резиновыми кольцами».	иметь первоначальные знания о ЧСС и способах ее измерения, владеть техникой ведения мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кольцами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Измерять пульс в течении дня
25	Ведение мяча		повторить разминку с мячами; совершенствовать технику ведения мяча; провести п/и «Ночная охота».	владеть техникой ведения мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Ночная охота»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»		Стр. 85. Дневник самоконтроля
26	Упражнения с мячом		познакомить с дневником самоконтроля; разучить разминку с мячом в движении и упражнения с мячом; провести п/и «Ночная охота».	иметь представление о дневнике самоконтроля и разнообразии упражнений с мячом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Ночная охота»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Завести дневник самоконтроля



27	Подвижные игры		повторить разминку с мячами в движении упражнения с мячами; подв.игры по желанию	иметь представление о разнообразии упражнений с мячом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижных игр;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, сотрудничать в ходе индивидуальной и групповой работы. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <b>Познавательные:</b> выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр	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	Индивидуальное задание
28	Кувырок вперед		разучить разминку на матах; повторить технику кувырка вперед; провести подвижную игру «Удочка».	иметь углубленные представления о группировке, перекатах и кувырках, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и подвижной игры «Удочка»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Сделать отжимания и заполнить таблицу с.87.
29	Кувырок вперед с трех шагов	повторить разминку на матах; совершенствовать технику кувырка вперед; разучить технику выполнения кувырка вперед с трех шагов; провести подвижную игру «Удочка».	иметь представление о технике выполнения кувырка вперед с трех шагов, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и подвижной игры «Удочка»;	Стр. 88-89 выполнить прыжок в высоту с места, записать результат			
30	Кувырок вперед с разбега		разучить разминку на матах с мячами; совершенствовать технику выполнения кувырка вперед; повторить технику выполнения кувырка вперед с трех шагов; разучить технику выполнения кувырка вперед с разбега.	иметь представление о технике кувырка вперед с разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах с мячами;	<b>Коммуникативные:</b> работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и кувырок вперед с разбега,		Выполнить подбрасывание теннисного мяча с.89 записать результат
31	Усложненные варианты выполнения кувырка вперед		повторить разминку на матах с мячами и технику выполнения кувырка вперед как с места, так и с разбега; разучить усложненные варианты выполнения кувырка вперед.	иметь представление о вариантах выполнения кувырка вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах с мячами;	<b>Коммуникативные:</b> работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности	Выполнить наклоны вперед вниз. стр. 90 записать результат

					<p>преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега, усложненные варианты кувырка вперед</p>	<p>за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
--	--	--	--	--	---	--	--

32	Стойка на лопатках, мост		разучить разминку, направленную на сохранение правильной осанки; повторить технику выполнения стойки на лопатках и моста, усложненных вариантов кувырка вперед; провести п/и «Волшебные елочки».	иметь представление о том, какие упражнения помогают сохранять правильную осанку, совершенствовать технику выполнения моста и стойки на лопатках, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на сохранение правильной осанки, и подв. игры «Волшебные елочки»	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка		Стр. 90 Выполнить задание «Проверь себя»
33	Круговая тренировка		повторить разминку, направленную на сохранение правильной осанки; провести круговую тренировку и подвижную игру «Волшебные елочки».	иметь представление о том, какие упражнения помогают сохранять правильную осанку, совершенствовать технику выполнения моста и стойки на лопатках, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на сохранение правильной осанки, круговой тренировки и подвижной игры «Волшебные елочки»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. <b>Познавательные:</b> 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	Стр. 91-93 Первая помощь при травмах
34	Стойка на голове		разучить разминку с гимнастической палкой; познакомить с правилами оказания первой помощи при травмах; повторить технику выполнения стойки на голове; провести упражнения на внимание на матах.	иметь представление о том, какую первую помощь можно оказать при травмах, о технике выполнения стойки на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и упражнений на матах на внимание	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее. <b>Познавательные:</b> оказывать первую помощь при легких травмах, выполнять стойку на голове и упражнения на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, и сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 93 «Проверь себя»

35	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке		повторить разминку с гимнастическими палками; провести контрольную проверку знаний о первой помощи при травмах; совершенствовать технику лазанья и перелезания на гимнастической стенке и технику выполнения стойки на голове; провести подвижную игру «Белочка-защитница».	иметь представления о технике перелезаний на гимнастической стенке, углубленные знания о технике выполнения стойки на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с массажными мячами и подвижной игры «Удочка»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> оказывать первую помощь, выполнять стойку на голове, лазать и перелезать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	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	Повторить отжимание от пола
36	Различные виды перелезаний		разучить разминку с массажными мячами; совершенствовать технику выполнения стойки на голове и технику выполнения перелезаний; провести подвижную игру «Удочка».	иметь представления о том, какие варианты перелезаний существуют, углубленные знания о технике выполнения стойки на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с массажными мячами и подвижной игры «Удочка»;	<b>Коммуникативные:</b> находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять ее. <b>Познавательные:</b> выполнять стойку на голове, разные варианты перелезаний, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,	Повторить наклоны вперед из положения стоя
37	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине.		повторить разминку с массажными мячами и технику различных вариантов перелезания; разучить вис завесом одной и двумя ногами; провести упражнения на внимание.	иметь представление о том, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами, углубленные знания о различных вариантах перелезания, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с массажными мячами и упражнения на внимание	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами	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	Стоять на одной ноге с закрытыми глазами

38	Круговая тренировка		разучить разминку со средними обручами; провести круговую тренировку и подвижную игру «Удочка».	иметь представление о том, как выполняется круговая тренировка, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со средними обручами и подвижной игры «Удочка»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Повторить повороты направо, налево.
39	Прыжки в скакалку		разучить разминку со скакалкой; повторить технику прыжков в скакалку; разучить подвижную игру «Горячая линия».	иметь представление о том, как выполняются прыжки со скакалкой и в скакалку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалками и подвижной игры «Горячая линия»	<b>Коммуникативные:</b> работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	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 и здоровый образ жизни	Повторить приседания
40	Прыжки в скакалку в движении		повторить разминку со скакалками; совершенствовать технику прыжков в скакалку; разучить технику прыжков в скакалку в движении; провести подвижную игру «Горячая линия».	иметь представления о том, как выполняются прыжки в скакалку в движении, углубленные сведения о том, как выполняются прыжки в скакалку с вращением вперед и назад, организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалками и подвижные игры «Горячая линия»;	<b>Коммуникативные:</b> работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> выполнять прыжки в скакалку на месте и в движении, играть в подвижную игру «Горячая линия»	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	Повторить отжимания от пола
41	Круговая тренировка		разучить разминку в движении и технику прохождения станций круговой тренировки; совершенствовать технику виса завесом одной и двумя ногами; провести подвижную игру «Медведи и пчелы».	иметь представления о методике проведения круговой тренировки, технике выполнения виса завесом одной и двумя ногами, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Медведи и пчелы»;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме <b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности <b>Познавательные:</b> выполнять вис завесом одной и двумя ногами, проходить станции круговой тренировки, выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»	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	Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине
42	Вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастической стенке.		провести разминку в движении; повторить технику выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись на гимнастической стенке; провести подвижную игру «Медведи и пчелы».	иметь представление о технике выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись на гимнастической стенке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Медведи и пчелы»			Узнать, чем полезен мед, какой он бывает

			пчелы».	«Медведи и пчелы»;			
--	--	--	---------	--------------------	--	--	--

43	Переворот назад и вперед на гимнастической стенке		повторить разминку в движении; совершенствовать технику выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись на гимнастической стенке; повторить технику переворотов назад и вперед гимнастической стенке ; провести подвижную игру «Шмель».	иметь представления о технике выполнения виса согнувшись, виса прогнувшись и переворотов на гимнастических кольцах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Шмель»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения <b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Шмель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Повторить перекаты назад вперед в группировке
44	Комбинация на гимнастической стенке		разучить разминку с обручами и комбинации на гимнастической стенке; повторить технику вращения обруча; провести подвижную игру «Шмель».	иметь представления о правилах составления комбинации на гимнастической стенке, технике вращения обруча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами и подвижной игры «Шмель»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Шмель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить перекаты назад вперед в группировке + влево, вправо.
45	Вращение обруча		повторить разминку с обручами; совершенствовать технику вращения обруча; повторить комбинации на гимнастической стенке провести подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».	иметь углубленные представления о правилах составления комбинации на гимнастической стенке, технике вращения обруча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами и подвижной игры «Ловишка» с мешочком на голове»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»		Запомнить 20 – тисекундный отрезок времени
46	Варианты вращения обруча		разучить разминку с обручами в движении; провести контрольную проверку техники вращения обруча; познакомить с различными вариантами вращения обруча; провести подвижную игру «Ловишка с	иметь представление о различных вариантах вращения обруча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами в движении и подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и	Запомнить 15 – ти секундныи отрезок времени

			мешочком на голове».		<b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	личной ответственности за свои поступки	
--	--	--	----------------------	--	---	---	--



47	Лазанье по канату и круговая тренировка		повторить разминку с обручами в движении; провести лазанье по канату, круговую тренировку и подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».	иметь первоначальные представления о захвате каната ногами и о лазанье по канату, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами в движении и подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> уметь захватывать канат ногами, лазать по канату', проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить приседания
48	Круговая тренировка		разучить разминку с массажными мячами в движении провести круговую тренировку, подвижную игру по желанию учеников; подвести итоги четверти.	иметь углубленные представления о захвате каната ногами и о лазанье по канату, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с массажными мячами в движении и подвижной игры;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Подготовить спортивную форму для лыж
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок		познакомить с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках лыжной подготовки; провести проверку спортивной формы и инвентаря; повторить технику ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.	иметь первоначальные представления о лыжах, их эксплуатации, о том, какую спортивную форму следует носить, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> пристегивать крепления, передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах без палок	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	Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок		Повторить организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки; провести подгонку спортивной формы и инвентаря; повторить	иметь первоначальные представления о лыжах, их эксплуатации, о том, какую спортивную форму следует носить, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью			Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине

			технику ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.	катания на лыжах;			
--	--	--	---	-------------------	--	--	--

51	Повороты переступанием на лыжах без палок		провести проверку умения застегивать крепления; совершенствовать технику ступающего и скользящего шага; повторить технику поворота переступанием на лыжах без палок.	иметь углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, о технике выполнения поворотов переступанием на лыжах без палок, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> 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	Стр. 158-159 Правила поведения на занятиях. Одежда лыжника
52	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками		повторить технику работы рук с лыжными палками; совершенствовать технику ходьбы ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок и с палками.	иметь первоначальные представления о том, как пользоваться лыжными палками, как их переносить и держать, как надевать ремешки и как работать руками, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. <b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> 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	Повторить приседания
53	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками		повторить технику работы рук с лыжными палками; совершенствовать технику ходьбы ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок и с палками.	закрепить первоначальные представления о том, как пользоваться лыжными палками, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними,			Повторить приседания разными способами
54	Торможение падением на лыжах с палками		совершенствовать технику передвижения на лыжах с палками и без; повторить технику торможения падением; разучить подвижную игру «Салки на снегу».	иметь первоначальные представления о технике торможения падением на лыжах с лыжными палками, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Салки на снегу»;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель <b>Познавательные:</b> 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 личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Узнать какие существуют виды спорта в которых используются лыжи
55	Прохождение дистанции 1 км на лыжах		совершенствовать технику передвижения на лыжах; выполнить прохождение	иметь углубленные представления о технике передвижения на лыжах, владеть умением распределять свои	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Повторить подъемы туловища из

			дистанции 1 км на лыжах; провести подвижную игру «Салки на снегу»	силы, организовывать здоровьесберегающую жиз- нельную деятельность с помощью катания	задачами и условиями коммуникации <i>Регулятивные:</i> самостоятельно	эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия	положения лежа на спине
--	--	--	---	--	---	---	----------------------------

56	Прохождение дистанции 1 км на лыжах						Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине
57	Повороты переступанием на лыжах и обгон		совершенствовать технику передвижения на лыжах; повторить технику поворотов на лыжах с палками; разучить технику обгона на лыжах.	иметь первоначальные представления о технике обгона, углубленные представления о технике передвижения и поворотах переступанием на лыжах с лыжными палками,	<b>Коммуникативные:</b> работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель <b>Познавательные:</b> 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	20 бросков малого мяча из руки в руку
58	Повороты переступанием на лыжах и обгон		совершенствовать технику передвижения на лыжах; повторить технику поворотов на лыжах с палками; разучить технику обгона на лыжах.	иметь первоначальные представления о технике обгона, углубленные представления о технике передвижения и поворотах переступанием на лыжах с лыжными палками,			20 бросков малого мяча из руки в руку
59	Подъем «полуелочкой» и спуск под уклон на лыжах		совершенствовать технику выполнения лыжных ходов; повторить технику подъема «полуелочкой» и технику спуска под уклон в основной стойке.	иметь первоначальные представления о технике подъема на склон «полуелочкой» и спуска в основной стойке, углубленные представления о технике передвижения на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Повторить перекат назад, вперед.
60	Подъем «полуелочкой» и спуск под уклон на лыжах		совершенствовать технику выполнения лыжных ходов; повторить технику подъема «полуелочкой» и технику спуска под уклон в основной стойке.	иметь первоначальные представления о технике подъема на склон «полуелочкой» и спуска в основной стойке, углубленные представления о технике передвижения на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Повторить перекат вправо, влево.
61	Подъем на склон «елочкой»		совершенствовать технику выполнения лыжных ходов; повторить технику подъема на склон «полуелочкой» и технику спуска со склона в основной стойке; разучить технику подъема на склон «елочкой».	иметь первоначальные представления о технике подъема на склон «елочкой», углубленные представления о технике подъема на склон «полуелочкой» и спуска в основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливая рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> выполнять подъем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни	Стр. 154-155
62	Подъем на склон «елочкой»		совершенствовать технику выполнения лыжных ходов; повторить технику подъема на склон «полуелочкой» и технику	закрепить первоначальные представления о технике подъема на склон «елочкой», углубленные представления о технике подъема на склон «полуелочкой» и спуска в			Стр. 155-156

			спуска со склона в основной стойке; разучить технику подъема на склон «елочкой».	основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			
--	--	--	--	---	--	--	--

63	Передвижение на лыжах змейкой		совершенствовать технику передвижения на лыжах различными ходами и технику спуска со склона в основной стойке; повторить технику передвижения на лыжах змейкой и технику подъема на склон «елочкой».	иметь первоначальные представления о технике передвижения на лыжах змейкой, углубленные представления о технике подъема на склон «елочкой» и спуска в основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	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	Повторить наклоны из положения стоя и сидя
64	Передвижение на лыжах змейкой		совершенствовать технику передвижения на лыжах различными ходами и технику спуска со склона в основной стойке; повторить технику передвижения на лыжах змейкой и технику подъема на склон «елочкой».	иметь первоначальные представления о технике передвижения на лыжах змейкой, углубленные представления о технике подъема на склон «елочкой» и спуска в основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на склон «елочкой» и спускаться в основной стойке	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить наклоны из положения стоя и сидя
65	Подвижная игра на лыжах «Накаты»		совершенствовать технику передвижения на лыжах; повторить технику передвижения на лыжах змейкой; разучить подвижную игру на лыжах «Накаты».	иметь углубленные представления о технике подъема на склон «елочкой» и спуска в основной стойке, передвижения на лыжах змейкой, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.	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	Повторить отжимания от пола
66	Подвижная игра на лыжах «Накаты»		совершенствовать технику передвижения на лыжах; повторить технику передвижения на лыжах змейкой; разучить подвижную игру на лыжах «Накаты».	иметь углубленные представления о технике подъема на склон «елочкой» и спуска в основной стойке, передвижения на лыжах змейкой, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;	<b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить отжимания от пола
67	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах		выполнить прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; провести катание со склона в основной стойке, свободное катание.	иметь первоначальные представления о своих способностях по преодолению 1,5-километровой дистанции на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Повторить приседания не менее 20 раз в день
68	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах		выполнить прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; провести катание со склона в основной стойке, свободное катание.	иметь первоначальные представления о своих способностях по преодолению 1,5-километровой дистанции на лыжах, организовывать здоровьесберегающую			Повторить приседания не менее 20 раз в день

				жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			
69	Контрольный урок по лыжной подготовке		повторить технику ранее изученных лыжных ходов, воротов переступанием на лыжах, передвижения на лыжах с «елочкой», подъема на склон «елочкой», «елочкой» и ууска в основной стойке.	иметь углубленные представления об упражнениях, которые можно выполнять на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. <b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием,	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	Повторить прыжки в скакалку
70	Контрольный урок по лыжной подготовке		Прохождение дистанции 1 результат.	иметь углубленные представления об упражнениях, которые можно выполнять на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Принести форму для зала
71	Круговая тренировка		разучить разминку с обручами; провести круговую тренировку и подвижную игру «Вышибалы».	иметь углубленные представления о методике проведения круговой тренировки, технике выполнения виса завесом одной и двумя ногами, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами и подвижной игры «Вышибалы»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить отжимания от пола
72	Подвижная игра «Белочка-защитница»		Разминка с обручами, лазанье по гимнастической стенке, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по гимнастической стенке, правила игры «Белочка-защитница»	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить перекал назад, вперед.
73	Преодоление полосы и усложненной полосы препятствий		разучить разминку в движении; провести упражнение по преодолению полосы препятствий с усложнениями и подвижную игру «Удочка»	иметь первоначальные представления о правилах прохождения полосы препятствий, придумать самостоятельно усложнения, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и	Упражнение на развитие вестибулярного аппарата. Записать результат 3 раз



				игры «Удочка»;	деятельности. <b>Познавательные:</b> проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	эмоционально-нравственной отзывчивости	
74	Прыжок в высоту с прямого разбега,		разучить разминку с гимнастическими скамейками повторить технику прыжка в высоту с прямого разбега, повторить технику прыжка в высоту спиной вперед; провести подвижную игру «Бегуны и прыгуны».	иметь первоначальные представления о прыжках в высоту с прямого разбега и о прыжках в высоту спиной вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими скамейками и подвижной игры «Бегуны и прыгуны»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Ежедневно по 20 выпрыгиваний или приседаний
75	Прыжок в высоту спиной вперед		Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Салки — дай руку»	иметь первоначальные представления о том, как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки — дай руку»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>Познавательные:</b> прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	
76	Контрольный урок по прыжкам в высоту		повторить разминку с перевернутыми гимнастическими скамейками; совершенствовать технику прыжка в высоту спиной вперед и с разбега; провести подвижную игру «Салки — дай руку».	иметь углубленные представления о прыжке в высоту спиной вперед и с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками и подвижной игры «Салки — дай руку»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> выполнять прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Выполнить подбрасывание и ловлю мяча не менее 20 раз
77	Броски и ловля мяча в парах, броски мяча в		разучить разминку в парах; повторить броски и ловлю мяча в парах;	иметь углубленные представления о способах ловли и броска мяча в парах иметь представление о тех-	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла	Записать результат стойки на одной

	баскет-е кольцо способом «снизу»		разучить броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», разучить подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками».	нике броска мяча в кольцо способом «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»;	управлять поведением партнера <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, <b>Познавательные:</b> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру Ловишка с мячом защитниками	учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	ноге с закрытыми глазами и отжимания от пола
78	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху». Ведение мяча и броски в баскет. кольцо		разучить разминку с мячом; повторить технику броска мяча в баскет-е кольцо способом «снизу»; разучить технику броска мяча в кольцо «сверху»; разучить технику ведения мяча с последующим броском в кольцо; провести п. и. «Вышибалы».	иметь первоначальные представления о технике броска мяча в баскетбольное кольцо после ведения, углубленные представления о технике бросков мяча в кольцо способом «снизу» и «сверху», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Вышибалы»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> бросать мяч в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», играть в подвижную игру «Вышибалы»	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	Узнать какие в мире есть баскетбольные клубы
79	Броски мяча через волейбольную сетку		разучить разминку с мячами; повторить технику броска мяча через волейбольную сетку; провести подвижную игру «Забросай противника мячами».	иметь представление о бросках через волейбольную сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Забросай противника мячами»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Узнать какие волейбольные команды существуют в мире
80	Броски мяча через волейбольную сетку на точность		повторить разминку с мячами; совершенствовать технику броска мяча через волейбольную сетку на точность; разучить подвижную игру «Точно в цель».	иметь первоначальные представления о бросках через волейбольную сетку на точность, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Точно в цель»;	выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами» выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель»		Узнать в каких видах спорта используется сетка
81	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций		разучить разминку с мячом в парах; совершенствовать технику бросков мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций; повторить подвижную игру «Точно в цель».	иметь первоначальные представления о бросках через волейбольную сетку на дальность и точность, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Точно в цель»;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> выполнять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия	Повторить подъема туловища из положения лежа на спине за 1 мин. записать

					броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	другим людям	
--	--	--	--	--	---	--------------	--

82	Подвижная игра «Вышибалы через сетку», эстафеты с мячом		повторить разминку с мячом в парах; познакомить с различными вариантами эстафет; совершенствовать технику броска мяча через волейбольную сетку; провести подвижную игру «Вышибалы через сетку».	иметь углубленные представления о технике бросков мяча через волейбольную сетку, иметь представление об эстафетах, о технике ведения мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Вышибалы через сетку»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. <b>Регулятивные:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча через сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	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	Перекаты назад, вперед
83	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку		разучить разминку с мячом; провести контрольные броски мяча через сетку на дальность и точность; повторить подвижную игру «Вышибалы через сетку».	иметь первоначальные представления о том, как пройдут контрольные уроки по технике броска мяча через волейбольную сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Вышибалы через сетку»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять контрольные броски на дальность и точность, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить шпагаты прямой и продольный
84	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»		разучить разминку с набивным мячом; повторить технику броска набивного мяча от груди и способом «снизу»; провести подвижную игру «Точно в цель».	иметь углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча от груди и способом «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами и подвижной игры «Точно в цель»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> бросать набивной мяч от груди и «снизу», из-за головы, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить шпагаты
85	Бросок набивного мяча из-за головы на дальность		повторить разминку с набивным мячом; совершенствовать технику бросков мяча от груди и способом «снизу»; разучить технику броска набивного мяча из-за головы; провести подвижную игру «Точно в цель»	иметь первоначальные представления о том, как выполняется бросок из-за головы на дальность, углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча от груди и способом «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами и подвижной игры «Точно в цель»;			Повторить наклоны вперед из положения сидя

86	Тестирование виса на время		разучить разминку с набивным мячом; повторить технику броска набивного мяча из-за головы на дальность; провес тестирование виса на время подвижную игру «Точно в цель».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — силы и выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивным мячом и подвижной игры «Точно в цель»;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль. <b>Познавательные:</b> выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить наклоны вперед из положения стоя
87	Тестирование наклона вперед из положения стоя		<i>Цели:</i> разучить разминку, направленную на развитие гибкости; провести тестирование наклона вперед из положения сидя и подвижную игру «Точно в цель».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — гибкости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости, и подвижной игры «Точно в цель»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Повторить приседания
88	Тестирование прыжка в длину с места		разучить разминку, направленную на подготовку к прыжкам в длину; провести тестирование прыжка в длину с места и подвижную игру «Собачки».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств - силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку организма к прыжкам в длину, и подвижной игры «Собачки»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Повторить подтягивания на низко й и высокой перекладине
89	Тестирование подтягивания на низкой и высокой перекладине		разучить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа – для девочек и высокой перекладине – для мальчиков, и подвижную	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств - силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности	подъем туловища из положения лежа за 1 мин и отжимания от пола

			игру «Собачки».	координации движений, и подвижной игры «Собачки»;	адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Собачки»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
--	--	--	-----------------	---	--	---	--

90	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин и отжимания от пола из положения упор лёжа		повторить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин. и отжимания от пола из положения упор лёжа; разучить под-ую игру «Земля, вода, воздух»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств - силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Земля, вода, воздух»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»	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	Написать 3 живых существа для игры «Земля, вода, воздух»
91	Техника метания на точность (разные предметы)		разучить разминку с мешочками; повторить различные варианты метания и бросков на точность; провести подвижную игру «Земля, вода, воздух».	иметь первоначальные представления о технике метания различных предметов на точность, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мешочками и подвижной игры «Земля, вода, воздух»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. <b>Познавательные:</b> правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точность, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Упражнение на меткость
92	Тестирование метания малого мяча на точность		повторить разминку с мешочками; провести тестирование метания малого мяча на точность и подвижную игру «Ловишка мешочком на голове».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — ловкости координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мешочками и подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	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	Стр. 130-131 Равновесие
93	Подвижные игры для зала		разучить разминку с гимнастическими палками; провести тестирования должников и 2—3 подвижные игры по желанию учеников.	иметь представления о том, как можно договариваться и приходить к единому мнению, учитывая интересы всех сторон, организовывать здоровьесберегающую	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, обосновывать свою точку зрения, уважать иное мнение. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами		Принести спортивную форму для улицы

				жизнедеятельность с помощью разминки и подвижных игр;	саморегуляции, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>Познавательные:</b> выбирать подвижные игры, учитывая интересы одноклассников, проходить тестирование		
94	Беговые упражнения		разучить разминку в движении; провести беговые упражнения и подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка».	иметь первоначальные представления о разнообразии беговых упражнений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр «Колдунчики» и «Совушка»;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, работать в группе. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Повторить технику высокого старта
95	Тестирование бега на 30 м, 60 м с высокого старта		повторить разминку в движении; провести тестирование бега на 30 м, 60 м с высокого старта и подвижную игру «Хвостики»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты и скоростной выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Хвостики»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Хвостики»	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	Повторить технику поворота в челночном беге
96	Тестирование челночного бега 3 * 10 м		разучить разминку в движении; провести тестирование челночного бега 3 x 10 м и подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты, скоростной выносливости, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»;	<b>Коммуникативные:</b> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими нормами родного языка. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»		Узнать про виды спорта в которых есть метание на дальность



97	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность		повторить разминку в движении; провести тестирование метания мешочка на дальность и подвижную игру «Хвостики»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Хвостики»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Хвостики»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки формирование установки на безопасный образ жизни	Придумать различные варианты игры «Хвостики»
98	Подвижная игра «Хвостики»		разучить беговую разминку различные варианты подвижной игры «Хвостики» провести игру малой подвижности «Совушка».	иметь первоначальные представления о том, как можно модернизировать и изменять хорошо известные игры, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Хвостики» и «Совушка»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции. <b>Познавательные:</b> играть в различные варианты подвижной игры «Хвостики», и «Воробьи — вороны» в игру малой подвижности «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми	Упражнение на равновесие с поворотами и с закрытыми глазами
99	Подвижная игра «Воробьи - вороны»		разучить разминку на месте подвижную игру «Воробьи - вороны»; провести подвижную игру «Хвостики»	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на месте и подвижных игр «Хвостики» и «Воробьи - вороны»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Повторить приседания и отжимания
100	Бег на 1000 м		разучить разминку, направленную на развитие гибкости; провести бег на 1000 м и подвижную игру «Воробьи - вороны».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями развития основных физических качеств — выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости, и подвижной игры «Воробьи — вороны»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Регулятивные:</b> осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Придумать подвижные игры с мячом на улице
101	Подвижные игры с мячом		провести разминку с помощью учеников, 2—3 подвижные игры с мячом по желанию учеников и тестирование должников.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминочных упражнений и подвижных игр с мячом;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. <b>Познавательные:</b> подбирать разминочные упражнения, выбирать	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	Придумать подвижные игры для заключительного урока
102	Подвижные игры, элементы игры в футбол		повторить разминку с помощью учеников; провести 2—3 подвижные игры по желанию учеников; и показать элементы игры в	иметь представление о футболе, познакомиться с элементами футбола; иметь представление о том, как подводятся итоги года, организовывать	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. <b>Познавательные:</b> подбирать разминочные упражнения, выбирать	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	Индивидуальные задания на каникулы. Пожелания активного и

3 кл	Тема	Дата	Цели	Формируемые УУД			Домашнее задание
				Предметные	Метапредметные	личностные	

			футбол, подвести итоги года	здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разночных упражнений и подвижных игр;	подвижные игры с мячом, проходить тестирование		полезного отдыха.
--	--	--	-----------------------------	--	---	--	----------------------

1	Организационно-методические указания		познакомить учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры; повторить строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики».	иметь первоначальные представления об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, работать в группе. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Принести спортивную форму для улицы
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта		разучить беговую разминку; провести тестирование бега 30 м и 60 м с высокого старта; повторить подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»;			Стр. 19-21
3	Техника челночного бега		разучить разминку в движении; повторить технику челночного бега; провести подвижные игры «Колдунчики» и «Прерванные пятнашки».	иметь представления о технике челночного бега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и	Стр. 22
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м		повторить разминку в движении; провести тестирование челночного бега 3 x Ю м; разучить подвижную игру «Собачки ногами».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Собачки ногами»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Стр. 23- 24
5	Способы метания мешочка на дальность		разучить беговую разминку; познакомить с техникой метания мешочка (мяча) на	иметь первоначальные представления о технике метания мешочка (мяча) на дальность различными способами,	<b>Коммуникативные:</b> работать в группе, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> осуществлять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения,	Стр. 24-25

			дальность различными способами; провести подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности	
6	Тестирование метания мешочка на дальность		повторить беговую разминку; провести тестирование метания мешочка на дальность; повторить подвижную игру «Собачки ногами».	иметь представления о методике проведения тестирования метания мешочка (мяча) на дальность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, быстроты, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки п подвижной игры «Собачки ногами»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Стр. 25-27
7	Пас и его значение для спортивных игр с мячом		разучить разминку в движении; познакомить с различными вариантами паса мяча ногой и правилами спортивной игры «футбол».	иметь первоначальные представления о том, что такое пас, о его значении в спортивных играх с мячом, о спортивной игре «Футбол», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и спортивной игры «Футбол»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Какие футбольные клубы есть в России
8	Спортивная игра «Футбол» (У)		повторить разминку в движении и различные варианты паса мяча ногой; провести спортивную игру «Футбол».	иметь углубленные представления о том, что такое пас, о его значении в спортивных играх с мячом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и спортивной игры «Футбол»			Названия Зарубежных футбольных клубов
9	Прыжок в длину с разбега (У)		разучить разминку на месте; повторить технику прыжка в длину с разбега; провести спортивную игру «Футбол».	иметь углубленные представления о технике выполнения прыжка в длину с разбега;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Стр. 35-36

10	Прыжок в длину с разбега на результат.		повторить разминку на месте; провести выполнение прыжков в длину с разбега на результат; повторить подвижную игру «Собачки ногами».	иметь углубленные представления о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на месте и подвижной игры «Собачки ногами»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»		Стр. 37-41
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега		разучить разминку в движении по кругу; провести выполнение контрольных прыжков в длину с разбега; повторить спортивную игру «Футбол».	иметь первоначальные представления о том, как проводится контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении по кругу и спортивной игры «Футбол»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 42-44
12	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»		повторить разминку в движении по кругу и правила спортивной игры «Футбол»; провести контрольные броски мяча из-за боковой и контрольную игру в футбол.	иметь первоначальные представления о том, как проводится контрольный урок по футболу, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки по кругу и спортивной игры в футбол;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»		Спортивная форма для зала
13	Тестирование метания малого мяча на точность		разучить разминку с малым мячом; провести тестирование метания малого мяча на точность и подвижную игру «Вышибалы».	иметь представления о методике проведения тестирования метания малого мяча на точность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с малыми мячами и подвижной игры «Вышибалы»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 44-46 «орган вкуса» и «органы осязания»
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя		разучить разминку, направленную на развитие гибкости; провести тестирование	иметь представления о методике проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, владеть навыком систематического	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.		Стр. 47-51

			наклона вперед из положения стоя; разучить подвижную игру «Белые медведи».	наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — гибкости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости, и подвижной игры «Белые медведи»;	<b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»		
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин		повторить разминку, направленную на развитие гибкости; провести тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин; повторить подвижную игру «Белые медведи».	владеть навыком систематического наблюдения за своим Физическим состоянием за счет физических качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости, и подв. игры «Белые медведи»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин, играть в подвижную игру «Белые медведи»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Стр. 33
16	Тестирование прыжка в длину с места.		разучить прыжковую разминку; провести тестирование прыжка в длину с места; повторить подвижную игру «Волк во рву».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Волк во рву»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	справедливости и свободе	Повторить отжимания от пола
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись		повторить прыжковую разминку; провести тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись; повторить подвижную игру «Волк во рву».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств - силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью прыжковой разминки и подвижной игры «Волк во рву»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлении о нравственных нормах, социальной справедливости и	Повторить вис на перекладине или гимнастической стенке

18	Тестирование вися на время		разучить разминку с гимнастическими палками; провести тестирование вися на время; повторить подвижную игру «Ловля обезьян с мячом».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»	свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Броски из руки в руку. Сколько падений при 20 бросках
19	Подвижная игра «Перестрелка»		разучить разминку с мячами; повторить броски и ловлю мяча; разучить подвижную игру «Перестрелка».	иметь первоначальные представления о подвижной игре «Перестрелка», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Перестрелка»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»		Повторить поперечный шпагат
20	Футбольные упражнения, тестирование отжимания		повторить разминку с мячом; разучить футбольные упражнения; провести тестирование отжимания, повторить подвижную игру «Перестрелка».	иметь первоначальные представления о футбольных упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Перестрелка»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	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	Повторить продольный шпагат
21	Футбольные упражнения в парах		разучить разминку с мячами в парах, футбольные упражнения в парах и подвижную игру «Пустое место».	иметь первоначальные представления о футбольных упражнениях в парах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Пустое место»;	<b>Коммуникативные:</b> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <b>Познавательные:</b> выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	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	Придумать свои упр. с мячом и ударом по воротам
22	Различные варианты футбольных упражнений в парах		повторить разминку с мячами в парах; провести футбольные упражнения в парах; повторить подвижную игру «Пустое место».	иметь первоначальные представления о футбольных упражнениях в парах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Пустое место»			Узнать варианты футбола

23	Подвижная игра «Осада города»		разучить разминку в парах с мячом; повторить технику бросков и ловли мяча в парах; провести подвижную игру «Осада города».	иметь углубленные представления о том, какие варианты бросков и ловли мяча в парах существуют, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Осада города»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Узнать про осадные орудия или сооружения древности
24	Броски и ловля мяча в парах		: повторить разминку с мячом в парах; разучить упражнения в парах с двумя мячами; повторить подвижную игру «Осада города».	иметь первоначальные представления об упражнениях с двумя мячами в парах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в парах и подвижной игры «Осада города»;	<b>Познавательные:</b> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»		Стр. 52-55 закаливание
25	Закаливание		познакомить учащихся с закаливанием; разучить разминку с мячом; повторить упражнения в парах с двумя мячами; разучить подвижную игру «Подвижная цель».	иметь первоначальные представления о закаливании, углубленные представления о возможных вариантах упражнений с мячом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Подвижная цель»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	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	Повторить приседания
26	Ведение мяча		повторить правила закаливания и разминку с мячом; совершенствовать технику ведения мяча; повторить подвижную игру «Подвижная цель».	иметь углубленные представления о закаливании и ведении мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Подвижная цель»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	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	Придумать игры для заключительного урока
27	Подвижные игры		разучить разминку в движении; провести 2—3 игры по желанию; подвести итоги четверти.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр;			Индивидуальные задания
28	Кувырок вперед		разучить разминку на матах; повторить технику кувырка вперед; провести подвижную игру «Удочка».	иметь углубленные представления о группировке, перекатах и кувырках вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и подвижной игры «Удочка»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности	Стр. 30-32



29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие		повторить разминку на матах и технику кувырка вперед с разбега; разучить кувырок вперед через препятствие.	иметь первоначальные представления о выполнении кувырка вперед через препятствие, углубленные представления о группировке, перекатах и кувырках вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и игрового упражнения на внимание;	правилу, контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 32-33
30	Варианты выполнения кувырка вперед		разучить разминку на матах с резиновыми кольцами и различные варианты выполнения кувырка вперед; провести упражнения на внимание.	иметь первоначальные представления о различных вариантах выполнения кувырка вперед, углубленные представления о выполнении кувырка вперед через препятствие, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах с резиновыми кольцами и игрового упражнения на внимание;			Стр. 33 запомнить
31	Кувырок назад		повторить разминку на матах с резиновыми кольцами; разучить технику кувырка назад; повторить подвижную игру «Удочка».	иметь первоначальные представления о выполнении кувырка назад, углубленные представления о выполнении кувырка вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах с резиновыми кольцами и подвижной игры «Удочка»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	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	Повторить перекаты назад вперед в группировке
32	Кувырки		разучить разминку с массажным мячом («ежиком»); совершенствовать технику кувырка вперед; повторить технику кувырка назад; разучить подвижную игру «Мяч в туннеле».	иметь углубленные представления о выполнении кувырка вперед и назад, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с массажным мячом и подвижной игры «Мяч в туннеле»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную и фу «Мяч в туннеле»		Стр. 57-59
33	Круговая тренировка		повторить разминку с массажным мячом; провести круговую тренировку; повторить подвижную игру «Мяч в туннеле».	иметь углубленные представления о том, как проходит круговая тренировка, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с массажными мячами круговой тренировки и подвижной игры «Мяч в туннеле»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и	Стр. 59-60

					станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
34	Стойка на голове		разучить разминку с гимнастическими палками; повторить технику выполнения стойки на голове; разучить подвижную игру «Парашютисты».	иметь углубленные представления о технике выполнения стойки на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игры «Парашютисты».	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 60-62
35	Стойка на руках		повторить разминку с гимнастическими палками; совершенствовать технику выполнения стойки на голове; разучить технику выполнения стойки на руках; повторить подвижную игру «Парашютисты».	иметь первоначальные представления о технике выполнения стойки на руках, углубленные представления о технике выполнения стойки на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игры «Парашютисты»;			Стр. 62-65
36	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке		разучить разминку у гимнастической стенки; провести выполнение различных вариантов лазанья и перелезания по гимн. стенке; повторить технику виса завесом одной и двумя ногами; провести подвиж. игру «Белочка-защитница».	иметь углубленные представления о технике выполнения виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, а также лазанья по гимнастической стенке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки у гимнастической стенки и подвижной игры «Белочка-защитница»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> лазать и перелезать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Повторить стр. 63-65
37	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине.		повторить разминку, направленную на сохранение правильной осанки; совершенствовать технику лазанья и перелезания на гимнастической стенке; повторить технику виса завесом одной и двумя ногами на перекладине; провести подвижную	иметь углубленные представления о технике выполнения виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, а также лазанья по гимнастической стенке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на сохранение правильной осанки, и подвижной игры «Белочка-защитница»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 66-67

			игру « Белочка-защитница».				
38	Круговая тренировка		разучить разминку, направленную на сохранение правильной осанки; повторить технику выполнения стойки на голове и на руках; провести круговую тренировку и подвижную игру «Волшебные елочки».	иметь углубленные представления о технике выполнения стойки на руках и на голове, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на сохранение правильной осанки, круговой тренировки и подвижной игры «Волшебные елочки»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	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	Стр. 67-68
39	Прыжки в скакалку		разучить разминку со скакалками; повторить технику прыжков в скакалку; провести подвижную игру «Горячая линия».	иметь углубленные представления о технике прыжков со скакалкой и в скакалку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подвижной игры «Горячая линия»;	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> прыгать со скакалкой и в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	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	Стр. 69-70
40	Прыжки в скакалку в тройках		повторить разминку со скакалками и прыжки в скакалку; разучить прыжки в скакалку в тройках; повторить подвижную игру «Горячая линия».	иметь первоначальные представления о прыжках в скакалку в тройках, углубленные представления о технике прыжка со скакалкой и в скакалку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подвижной игры «Горячая линия»;			Стр. 71-72
41	Круговая тренировка		повторить разминку со скакалками; провести круговую тренировку; повторить подвижную игру «Будь осторожен».	иметь углубленные представления о прыжках в скакалку в тройках, лазанье по канату в три приема и круговой тренировке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подв. игры «Будь осторожен»	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели. <b>Познавательные:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	Отжимания от пола. Записать и сравнить.
42	Лазанье по канату в три приема		разучить разминку со скакалками; повторить технику прыжка в скакалку в тройках; разучить технику лазанья по канату в три приема и подвижную игру «Будь осторожен».	иметь первоначальные представления о лазанье по канату в три приема, углубленные представления о технике прыжка в скакалку в тройках, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалками и	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и	Измерить рост, массу, окружность грудной клетки. Записать

				подв.игры «Будь осторожен»;	преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
43	Упражнения на гимнастическом бревне		разучить разминку, направленную на развитие координации движений; повторить технику прыжков в скакалку в движении; разучить упражнения на гимнастическом бревне; провести подвижную игру «Шмель».	иметь первоначальные представления об упражнениях на гимнастическом бревне, углубленные представления о прыжках в скакалку в движении, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Шмель»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Прыжок в высоту с места. Записать
44	Упражнения на гимнастической стенке		провести разминку, направленную на развитие координации движений; повторить упражнения на гимнастическом бревне и упражнения на стенке; провести подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».	иметь углубленные представления об упражнениях на стенке и гимнастическом бревне, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове».	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> выполнять упражнения на гимнастической стенке и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	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,	Подбрасывание малого мяча. Записать
45	Круговая тренировка		разучить разминку в движении; повторить комбинации на гимнастических кольцах и упражнения на гимнастическом бревне; провести круговую тренировку и подвижную игру «Салки с домиками».	иметь углубленные представления об упражнениях на кольцах и гимнастическом бревне, а также о круговой тренировке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Салки с домиками»	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции. <b>Познавательные:</b> выполнять комбинацию на кольцах и упражнения на бревне, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Выполнить наклоны из положения стоя. Записать
46	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке		повторить разминку в движении; разучить варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке; повторить подвижную игру «Белочка-защитница».	иметь первоначальные представления о лазанье по наклонной гимнастической скамейке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Белочка-защитница»	<b>Коммуникативные:</b> оречествлять содержание совершаемых действий. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,	Выполнить тест. задания «Проверь себя» посчитать баллы Стр. 93-94 описание

					подвижную игру «Белочка-защитница»	социальной справедливости и свободе	
47	Варианты вращения обруча		разучить разминку с обручами в движении; повторить технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке и различные варианты вращения обруча; разучить подв. игру «Перебежки с мешочком на голове».	иметь углубленные представления о различных вариантах вращения обруча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами в движении и подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	<b>Коммуникативные:</b> работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»	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	Стойка на одной ноге с закрытыми глазами
48	Круговая тренировка		повторить разминку с обручами в движении; провести круговую тренировку и 1—2 игры по желанию учеников.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами в движении, круговой тренировки и подвижных игр;	<b>Коммуникативные:</b> уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них		Активный отдых
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок		повторить организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки; проверить наличие спортивной формы и инвентаря; повторить технику ступающего и скользящего шага без палок.	иметь углубленные представления о лыжах, их эксплуатации, о том, какую спортивную форму следует носить, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> 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	Стр. 158-159
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок		проверить наличие спортивной формы и инвентаря; повторить технику ступаю и скользя шага на лыжах без палок.	иметь углубленные представления о лыжах, их эксплуатации, о том, какую спортивную форму следует носить, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Выполнить задание стр.161
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными		проверить умение пристегивать крепления; совершен-	иметь углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного	Повторить подъемы туловища из

	палками		ствовать технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок; повторить технику ступающего шага на лыжах с лыжными палками.	без лыжных палок и с ними, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	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	положения лежа на спине
52	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыж палками		проверить умение пристегивать крепления; совершенствовать технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок; повторить технику с лыжными палками.	иметь углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине
53	Повороты на лыжах переступанием и прыжком		повторить повороты на лыжах переступанием; разучи поворот на лыжах прыжком; повторить известные лыжные ходы	иметь первоначальные представления о повороте на лыжах прыжком, углубленные представления о технике поворота на лыжах переступанием, передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без них;	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами		Стр. 156
54	Попеременный двухшажный ход на лыжах		повторить повороты на лыжах переступанием и прыжком; разучить попеременный двухшажный ход на лыжах; повторить ранее изученные лыжные ходы.	предметные: иметь первоначальные представления о попеременном двухшажном ходе на лыжах, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, поворотах переступанием и прыжком, орг-ать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	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	Повторить шпагат
55	Попеременный двухшажный ход на лыжах		повторить повороты на лыжах переступанием и прыжком; разучить попеременный двухшажный ход на лыжах; повторить ранее изученные лыжные ходы.	предметные: иметь первоначальные представления о попеременном двухшажном ходе на лыжах, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, поворотах переступанием и прыжком,			Повторить шпагат

56	Одновременный двухшажный ход на лыжах		повторить попеременный двухшажный ход на лыжах; разучить одновременный двухшажный ход на лыжах; провести прохождение дистанции 1 км на лыжах.	иметь первоначальные представления о передвижении на лыжах одновременным двухшажным ходом, углубленные представления о передвижении на лыжах попеременным двухшажным ходом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого <b>Познавательные:</b> передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Стр. 155-156
57	Одновременный двухшажный ход на лыжах		повторить попеременный двухшажный ход на лыжах; разучить одновременный двухшажный ход на лыжах; провести прохождение дистанции 1 км на лыжах.	иметь первоначальные представления о передвижении на лыжах одновременным двухшажным ходом, углубленные представления о передвижении на лыжах попеременным двухшажным ходом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Стр. 155-156
58	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах		совершенствовать технику изученных лыжных ходов; повторить подъемы «полуелочкой» и «елочкой» на лыжах и спуск в основной стойке на лыжах.	иметь углубленные представления о передвижении на лыжах попеременным и одновременным двухшажным лыжным ходом, о подъеме на склон «полуелочкой» и «елочкой», о спуске со склона в основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели. <b>Познавательные:</b> передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Стр. 157-158
59	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах		совершенствовать технику изученных лыжных ходов; повторить подъемы «полуелочкой» и «елочкой» на лыжах и спуск в основной стойке на лыжах.	иметь углубленные представления о передвижении на лыжах попеременным и одновременным двухшажным лыжным ходом, о подъеме на склон «полуелочкой» и «елочкой», о спуске со склона в основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Стр. 157-158
60	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах		повторить подъемы на склон «елочкой» и «полуелочкой» на лыжах; разучить подъем на склон «лесенкой» и торможение «плугом».	иметь первоначальные представления о торможении «плугом» и о подъеме на склон «лесенкой», углубленные представления о подъеме на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуске в основной стойке;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели. <b>Познавательные:</b> передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый	Повторить отжимание от пола

61	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах		повторить подъемы на склон «елочкой» и «полуелочкой» на лыжах; разучить подъем на склон «лесенкой» и торможение «плугом».	иметь первоначальные представления о торможении «плугом» и о подъеме на склон «лесенкой», углубленные представления о подъеме на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуске в основной стойке;	лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», «лесенкой», спускаться со склона в основной стойке, тормоза «плугом»	образ жизни	Повторить отжимание от пола
62	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»		совершенствовать технику передвижения на лыжах; повторить технику передвижения на лыжах «змейкой» и спуск на лыжах «змейкой»; совершенствовать технику подъема на склон и спуска на лыжах со склона.	иметь углубленные представления о технике передвижения на лыжах, технике спуска со склона «змейкой», о технике подъема на склон и спуска на лыжах со склона;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <b>Познавательные:</b> 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	Повторить перекаты назад вперед в группировке
63	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»		совершенствовать технику передвижения на лыжах; повторить технику передвижения на лыжах «змейкой» и спуск на лыжах «змейкой»; совершенствовать технику подъема на склон и спуска на лыжах со склона.	иметь углубленные представления о технике передвижения на лыжах, технике спуска со склона «змейкой», о технике подъема на склон и спуска на лыжах со склона;			Повторить перекаты назад вперед в группировке
64	Подвижная игра на лыжах «Накаты»		совершенствовать технику передвижения на лыжня повторить передвижение и спуск на лыжах «змейкой»; провести подвижную игру на лыжах «Накаты».	иметь углубленные представления о технике передвижения и спуска на лыжах «змейкой», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить приседания
65	Подвижная игра на лыжах «Накаты»		совершенствовать технику передвижения на лыжня повторить передвижение и спуск на лыжах «змейкой»; провести подвижную игру на лыжах «Накаты».	иметь углубленные представления о технике передвижения и спуска на лыжах «змейкой», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;			Повторить приседания
66	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке		разучить технику спуска низкой стойке; повторить подвижную игру на лыжах	иметь первоначальные представления о спуске со склона на лыжах в низкой стойке,	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного	Повторить наклоны из положения стоя



			«Накаты»; совершенствовать технику передвижения на лыжах.	углубленные представления о технике передвижения на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;	слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»	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	
67	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке»		разучить технику спуска низкой стойке; повторить подвижную игру на лыжах «Накаты»; совершенствовать технику передвижения на лыжах.	иметь первоначальные представления о спуске со склона на лыжах в низкой стойке, углубленные представления о технике передвижения на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;			Повторить наклоны из положения стоя
68	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах		провести прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание со склона в низкой стойке и свободное катание.	иметь первоначальные представления о своих способностях по преодолению 1,5-километровой дистанции на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке	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	Броски и ловля малого мяча из руки в руку
69	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах		провести прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание со склона в низкой стойке и свободное катание.	иметь первоначальные представления о своих способностях по преодолению 1,5-километровой дистанции на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке		Броски и ловля малого мяча из руки в руку
70	Контрольный урок по лыжной подготовке		повторить ранее изученные лыжные ходы, повороты переступанием и прыжком на лыжах, технику передвижения на лыжах «змейкой», технику подъема на склон «лесенкой» и спуска в низкой стойке.	иметь углубленные представления о возможных упражнениях, которые можно выполнять на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. <b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	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	Приготовить спортивную форму для зала

71	Полоса препятствий		разучить разминку в движении; провести преодоление полосы препятствий; повторить подвижную игру «Удочка».	предметные: иметь углубленные представления о правилах прохождения полосы препятствий, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Удочка»	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. <b>Регулятивные:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>Познавательные:</b> преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Повторить лазание по канату, стенке. Отжимания
72	Усложненная полоса препятствий		провести разминку в движении и преодоление усложненной полосы препятствий; повторить подвижную игру «Совушка».	иметь углубленные представления о правилах прохождения полосы препятствий, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Совушка»			Стр. 101
73	Прыжок в высоту с прямого разбега		разучить разминку с гимнастическими скамейкам! повторить технику прыжка в высоту с прямого разбега; провести подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	иметь углубленные представления о прыжках в высоту с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими скамейками и подвижной игры «Вышибал с кеглями»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	20 выпрыгиваний и приседаний ежедневно
74	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат		повторить разминку со скамейками; провести прыжки в высоту с прямого разбега на результат; повторить подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	иметь углубленные представления о прыжках в высоту с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими скамейками и подвижной игры «Вышибалы с кеглями»			Стойка на одной ноге с закрытыми глазами. Записать
75	Прыжок в высоту спиной вперед		разучить разминку с перевернутыми гимнастическими скамейками; повторить технику прыжка в высоту спиной вперед; совершенствовать технику прыжка в высоту с прямого разбега; разучить подвижную игру «Штурм»	иметь первоначальные представления о прыжках в высоту спиной вперед, углубленные представления о прыжке в высоту с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками и подвижной игры «Штурм»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие мотивов учебной деятельности развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе	Повторить упражнение «Лягушка»
76	Броски и ловля мяча в парах, броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»		разучить разминку в парах; повторить броски и ловлю мяча в парах; разучить броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», повторить подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками».	иметь углубленные представления о способах ловли и броска мяча в парах иметь представление о технике броска мяча в кольцо способом «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Узнать мировые баскетбольные клубы

77	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху». Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо. Эстафеты с мячом.		разучить разминку с мячом; повторить технику броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»; разучить технику броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»; разучить технику ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо; провести Эстафеты с мячом и подвижную игру «Вышибалы».	иметь первоначальные представления о технике броска мяча в баскетбольное кольцо после ведения, углубленные представления о технике бросков мяча в кольцо способом «снизу» и «сверху»; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Вышибалы. Иметь углубленные представления о вариантах эстафет с мячом,	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Что такое эстафеты? Придумать свои эстафеты
78	Подвижные игры		разучить беговую разминку; провести 2-3 подвижные игры; подвести итоги четверти.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> выбирать подвижные игры и играть в них,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Делать зарядку ежедневно. Инд-е задания.
79	Броски мяча через волейбольную сетку		разучить разминку с мячами; повторить технику броска мяча через волейбольную сетку; провести подвижную игру «Вышибалы через сетку».	иметь углубленные представления о бросках мяча через волейбольную сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Вышибалы»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» и «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	Повторить отжимания от пола (попробовать на пальцах)
80	Подвижная игра «Пионербол»		повторить разминку с мячами; разучить подвижную игру «Пионербол»; совершенствовать технику бросков мяча через волейбольную сетку.	иметь первоначальные представления о том, как можно готовиться к спортивной игр «Волейбол», углубленные представления о том, как выполнять броски и ловлю мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игр! «Пионербол»			Объяснить правила п/и «Пионербол» родителям

81	Волейбол как вид спорта		разучить разминку с мячами в парах; познакомить с волейболом как видом спорта; разучить волейбольные упражнения в парах; повторить подвижную игру «Пионербол».	иметь первоначальные представления о волейболе и волейбольных упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Пионербол»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> выполнять волейбольные упражнения и 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	Узнать историю волейбола. Запомнить фамилии рос. волейболистов
82	Подготовка к волейболу		повторить разминку с мячами в парах; разучить волейбольные упражнения выполняемые через сетку; повторить подвижную игру «Пионербол».	иметь первоначальные представления о волейбольных упражнениях, выполняемых через сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подв. игры «Пионербол»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Повторить шпагаты
83	Контрольный урок по волейболу		разучить разминку с мячом в движении; провести проверку знаний и умений из области волейбола; повторить подвижную игру «Пионербол».	иметь первоначальные представления о том, как проходит контрольный урок по волейболу, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в движении и игры «Пионербол»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <b>Познавательные:</b> применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	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	Стр. 106-107 Броски набивного мяча
84	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»		разучить разминку с набивным мячом; повторить технику броска набивного мяча способами «от груди» и «снизу»; провести подвижную игру «Точно в цель».	иметь углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «от груди» и «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами и подвижной игры «Точно в цель»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	справедливости и свободе	Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине за 1 минуту

85	Броски набивного мяча правой и левой рукой		повторить разминку с набивным мячом и технику броска набивного мяча способом «из-за головы»; разучить технику броска набивного мяча правой и левой рукой; повторить подвижную игру «Точно в цель».	иметь первоначальные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «снизу» и «от плеча», углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способом «из-за головы», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами и подвижной игры «Точно в цель»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Повторить висы на время
86	Тестирование виса на время		разучить разминку с мячом в движении; провести тестирование виса на время; разучить подвижную игру «Борьба за мяч».	предметные: владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы и выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и движении и подвижной игры «Борьба за мяч»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Узнать названия российских баскетбольных клубов
87	Тестирование наклона вперед из положения стоя		повторить разминку с мячом в движении; провести тестирование наклона вперед из положения стоя; повторить подвижную игру «Борьба за мяч».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — гибкости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в движении и подв. игры «Борьба за мяч»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Узнать названия иностранных баскетбольных клубов
88	Тестирование прыжка в длину с места		провести разминку, направленную на подготовку к прыжкам в длину; провести тестирование прыжка в длину с места; разучить спортивную игру «Гандбол».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, организовать здоровьесбер-ю жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, и спорт. игры «Гандбол»;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Повторить подтягивания и отжимания
89	Тестирование подтягивания на низкой и высокой перекладине		разучить разминку, направленную на развитие координации движений; провести	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Повторить подьемы туловища из положения лежа

			тестирование подтягивания на низкой и высокой перекладине; повторить спортивную игру «Гандбол».	основных физических качеств — силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, и спортивной игры «Гандбол»;	коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»	нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	на спине за 1 минуту
90	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин и отжимания от пола из упора лёжа		повторить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин., и отжимание от пола из упора лёжа и спортивную игру «Гандбол»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и спортивной игры «Гандбол»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 1 мин., и отжимания от пола из упора лёжа играть в спортивную игру «Гандбол»		Узнать историю баскетбола
91	Знакомство с баскетболом		разучить разминку с мячом на месте и в движении; повторить броски мяча в баскетбольное кольцо; познакомить со спортивной игрой «Баскетбол».	иметь первоначальные представления о спортивной игре «Баскетбол», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом;	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в 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 и здоровый образ жизни	Повторить стойку баскетболиста
92	Тестирование метания малого мяча на точность		повторить разминку с мячом на месте и в движении; провести тестирование метания малого мяча на точность и спортивную игру «Баскетбол».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — ловкости и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом на месте и в движении и спортивной игры «Баскетбол»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»		Повторить приседания

93	Спортивная игра «Баскетбол»		разучить разминку с мячом в движении; совершенствовать технику бросков мяча в баскетбольные кольца; провести спортивную игру «Баскетбол».	иметь углубленные представления о технике бросков мяча в баскетбольное кольцо, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в движении и спортивной игры «Баскетбол»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> 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	Подготовить спортивную форму для улицы
94	Беговые упражнения		разучить разминку в движении; провести беговые упражнения; повторить подвижную игру «Колдунчики»; разучить подвижную игру «Вызов».	иметь первоначальные представления о разнообразии беговых упражнений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	Развитие мотивов учебной деятельности, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Повторить технику высокого старта
95	Тестирование бега на 30 м, 60 м с высокого старта		повторить разминку в движении; провести тестирование бега на 30 м 60 м с высокого старта; повторить подвижную игру «Командные хвостики».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты и скоростной выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Командные хвостики»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование бега на 30 м, 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	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, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Повторить технику поворота для челночного бега
96	Тестирование челночного бега 3 * 10 м		разучить беговую разминку; провести тестирование челночного бега 3 x 10 м и подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты, скоростной выносливости, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»		Стр. 104

97	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность		повторить беговую разминку; провести тестирование метания мешочка на дальность; разучить подвижную игру «Круговая охота».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Круговая охота»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»	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	Повторить отжимания от пола
98	Спортивная игра «Футбол»		разучить разминку в движении; повторить подвижную игру «Собачки ногами»; провести спортивную игру «Футбол»	иметь углубленные представления о футболе, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Собачки ногами»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. <b>Познавательные:</b> играть в подвижную игру «Собачки ногами» и спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить приседания
99	Подвижная игра «Флаг на башне»		повторить разминку в движении; провести подвижную игру «Флаг на башне»; повторить подвижную игру «Собачки ногами».	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. <b>Познавательные:</b> играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»	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	Узнать о соревнованиях на длинные дистанции
100	Бег на 1000 м		разучить разминку, направленную на подготовку к бегу; провести бег на 1000 м; повторить спортивную игру «Футбол»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку к длительному бегу, и спортивной игры «Футбол»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> 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	Выбрать спортивные игры на следующий урок



101	Спортивные игры		провести беговую разминку и спортивные игры, выбранные по желанию учеников; разучить подвижную игру «Марш с закрытыми глазами».	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и спортивных игр;	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами»</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Выбрать подвижные игры на следующий урок
102	Подвижные и спортивные игры. Итог года		провести беговую разминку и подвижные и спортивные игры, выбранные по желанию учеников; подвести итоги года.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминочных упражнений, подвижных и спортивных игр;	<p><b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> играть в спортивные и подвижные игры</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Индивидуальное задание на лето, активный отдых, закаливание.

4 к л	Тема	Дата	Цели	Формируемые УУД			Домашнее задание
1	Организационно-методические указания		познакомить учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры; разучить разминку в движении; повторить строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики».	иметь первоначальные представления об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»;	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Принести форму для улицы
2	Тестирование бега на 30 м и 60м с высокого старта		разучить разминку в движении; провести тестирование бега 30 м и 60м с высокого старта; повторить подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку» и «Салки с домиками»;	<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»	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	Выполнить беговые упражнения на стр.99
3	Техника челночного бега		разучить беговую разминку; повторить технику челночного бега; провести подвижную игру «Флаг на башне»	Иметь углублённые представления о технике челночного бега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижной игры «Флаг на башне»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить технику поворотов в челночном беге

4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м		повторить разминку в движении; провести тестирование челночного бега 3 x 10 м подвижную игру «Колдунчики»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Повторить технику высокого старта
5	Тестирование бега на 60 м с высокого старта		разучить беговую разминку с мешочками; провести тестирование бега на 60 м с высокого старта ; провести подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физ. состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физ. качеств — быстроты, организовывать ЗОЖ с помощью беговой разминки и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	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	Стр. 104-105 Метание мяча с 1-3 шагов
6	Тестирование метания мешочка на дальность		повторить беговую разминку; провести тестирование метания мешочка на дальность; разучить технику метания мешочка на дальность с разбега повторить подвижную игру «Колдунчики»	иметь представления о методике проведения тестирования метания мешочка (мяча) на дальность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, быстроты, проводить беговую разминку с мешочками и подвижной игры «Колдунчики»	<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»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Узнать историю появления мяча
7	Техника паса и его значение в футболе		разучить разминку в движении; технику паса в футболе; повторить подвижную игру «Собачки ногами»	иметь углублённые представления о том, какие футбольные упражнения бывают, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и спортивной игры «Собачки ногами»	<i>Коммуникативные:</i> уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Узнать историю появления футбол

8	Спортивная игра «Футбол» (У)		повторить разминку в движении познакомиться с историей появления футбола; совершенствовать технику выполнения пасов; провести спортивную игру «Футбол».	иметь углубленные представления о спортивной игре «Футбол», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и спортивной игры «Футбол»	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Стр. 100. Прочитать текст «Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»
9	Техника прыжка в длину с разбега (У)		разучить разминку на месте; повторить технику прыжка в длину с разбега; провести спортивную игру «Футбол».	иметь углубленные представления о технике выполнения прыжка в длину с разбега;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить упражнение на равновесие
10	Прыжок в длину с разбега на результат.		повторить разминку на месте; провести выполнение прыжков в длину с разбега на результат; повторить подвижную игру «Футбол».	иметь углубленные представления о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на месте и подвижной игры «Футбол».	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить отжимание от пола
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега		разучить разминку в движении по кругу; провести выполнение контрольных прыжков в длину с разбега; повторить подвижную игру «Командные собачки»	иметь первоначальные представления о том, как проводится контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении по кругу и подвижной игры «Командные собачки»	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить приседания

12	Контрольный урок по «Футболу»		повторить разминку в движении; провести контрольные футбольные упражнения спортивную игру в футбол.	иметь первоначальные представления о том, как проводится контрольный урок по футболу, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки по кругу и спортивной игры в «Футбол»;	<b>Коммуникативные:</b> содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Форма для зала
13	Тестирование метания малого мяча на точность		разучить разминку с малым мячом; провести тестирование метания малого мяча на точность, повторить подвижную игру «Вышибалы».	иметь представления о методике проведения тестирования метания малого мяча на точность, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с малыми мячами и подвижной игры «Вышибалы»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить наклоны вперед из положения стоя
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя		разучить разминку с малыми мячами провести тестирование наклона вперед из положения стоя и подвижную игру «Перестрелка».	иметь представления о методике проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — гибкости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости, и подвижной игры «Перестрелка».	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Повторить подъемы туловища из положения лежа

15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин		повторить разминку, направленную на развитие гибкости; провести тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин; повторить подвижную игру «Перестрелка».	владеть навыком систематического наблюдения за своим Физическим состоянием за счет физических качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие гибкости, и подв. игры «Перестрелка».	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка»	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	Потренироваться запомнить 20-ти секундный отрезок времени
16	Тестирование прыжка в длину с места.		разучить прыжковую разминку; провести тестирование прыжка в длину с места; повторить подвижную игру «Волк во рву».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физ. состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физ. качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать ЗОЖ с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Волк во рву»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить отжимания
17	Тестирование подтягивания и отжимания		Разучить разминку с гимнастическими палками; провести тестирование подтягивания и отжимания; повторить подвижную игру «Антивышибалы»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств - силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игры «Перестрелка».	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы»	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	Повторить висы

18	Тестирование вися на время		повторить разминку с гимнастическими палками; провести тестирование вися на время; повторить подвижную игру «Вышибалы»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физ. качеств — силы, выносливости, организовывать ЗОЖ с помощью разминки с гимнастическими палками и подвижной игры «Вышибалы»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Индивидуальное задание: Подготовить сообщение о видах спорта с «ошибками», чтобы запутать слушателей
19	Броски и ловля мяча в парах		разучить разминку с мячом; повторить броски и мяча в парах; повторить подвижную игру «Защита стойки»	иметь углублённые представления о бросках мяча в парах на точность, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Защита стойки»;	<b>Коммуникативные:</b> : слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить прямой шпагат
20	Броски мяча в парах на точность		разучить разминку с мячом; разучить броски мяча в парах на точность; разучить подвижную игру «Защита стойки»	Иметь первоначальные представления о бросках и ловле мяча в парах на точность, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Защита стойки»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров <b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества а со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Придумать свои варианты бросков и ловли мяча
21	Броски и ловля мяча в парах		Разучить разминку с мячом в парах; провести броски мяча в парах на точность; разучить подвижную игру «Капитаны»	Иметь углублённые представления о вариантах бросков и ловли мяча в парах на точность, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Капитаны»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров <b>Познавательные:</b> бросать мяч в парах на точность, бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества а со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить продольные шпагаты правой и левой ногой
22	Броски и ловля мяча в парах у стены		повторить разминку с мячом в парах; разучить броски и ловлю мяча в парах у стены; повторить подвижную игру «Капитаны»	Иметь первоначальные представления о бросках и ловле мяча в парах у стены, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Капитаны»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров <b>Познавательные:</b> бросать мяч в парах на точность, бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества а со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Броски из руки в руку мелких предметов (результат ошибок из 20 бросков записать)

23	Подвижная игра «Осада города»		разучить разминку в парах с мячом; повторить броски и ловлю мяча в парах у стенки; провести подвижную игру «Осада города».	иметь углубленные представления о вариантах бросков и ловли мяча в парах у стены, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами в парах и подвижной игры «Осада города»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами
24	Броски и ловля мяча в парах		повторить разминку с мячом в парах; провести броски и ловлю мяча и подвижную игру «Осада города».	иметь углубленные представления о бросках и ловле мяча, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в парах и подвижной игры «Осада города»;	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций,	Повторить наклоны из положения стоя и сидя
25	Упражнения с мячом		Разучить разминку с мячом; повторить броски и ловлю мяча в парах, подвижную игру «Штурм»	иметь углубленные представления о том, какие упражнения с мячом существуют, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подв. игры «Штурм»;	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> бросать и ловить мяч, выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Узнать какие спортивные игры с ведением мяча существуют
26	Ведение мяча		повторить правила закаливания и разминку с мячом различные виды ведения мяча; повторить подвижную игру «Штурм».	иметь углубленные представления о закаливании и о технике ведения мяча различными способами, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и подвижной игры «Штурм»			Подобрать игры для заключительного урока
27	Подвижные игры		Провести беговую разминку и 2—3 игры по желанию; подвести итоги четверти.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь выбирать подвижные игры и играть в них,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	Индивидуальное задание



					подводить итоги четверти	ситуациях,	
--	--	--	--	--	--------------------------	------------	--

28	Кувырок вперед		разучить разминку на матах; повторить технику кувырка вперед; провести подвижную игру «Удочка».	иметь углубленные представления о группировке, перекатах и кувырках вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и п/и «Удочка»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»	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,	Стр. 112-113 Повторить перекаты назад вперед в группировке
29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие		повторить разминку на матах и технику кувырка вперед как с места, так и с разбега и через препятствие; провести подвижную игру «Удочка».	иметь углубленные представления о выполнении кувырка вперед с разбега и через препятствие, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и подвижной игры «Удочка»;	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 115-117
30	Зарядка		Разучить зарядку совершенствовать технику выполнения различных вариантов кувырка вперед; провести подвижную игру «Мяч в туннеле»	иметь первоначальные представления о зарядке и методике её проведения, углубленные представления о различных вариантах кувырка вперед, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на матах и подвижной игры «Мяч в туннеле»	<b>Коммуникативные:</b> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Стр. 117-118 комплекс № 1
31	Кувырок назад		повторить зарядку и технику кувырка назад; совершенствовать технику кувырка вперед; повторить подвижную игру «Мяч в туннеле»	иметь углубленные представления о выполнении кувырка вперед и назад, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью зарядки и подвижной игры «Мяч в туннеле»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, 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,	Стр. 118 комплекс № 2

32	Гимнастика, её история и значение в жизни человека		Познакомить с гимнастикой, её историей и значением в жизни человека; провести зарядку с палками с помощью учеников; совершенствовать технику стойки на голове и руках; повторить игру «Парашютисты».	Иметь первоначальные представления о гимнастике, её истории и значении в жизни человека; углублённые представления о технике стойки на голове и руках; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью зарядки и подвижной игры «Парашютисты».	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Узнать об истории появления гимнастики
33	Круговая тренировка		повторить зарядку, провести круговую тренировку; и игровое упражнение на внимание	иметь углубленные представления о том, как проходит круговая тренировка, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью зарядки, круговой тренировки и игрового упражнения на внимание	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Стр. 119 комплекс № 3 Стр. 120 составить комплекс самому
34	Стойка на голове и на руках.		Провести зарядку с помощью учеников; повторить технику выполнения стойки на голове и на руках, провести подвижную игру «Парашютисты».	иметь углубленные представления о технике выполнения стойки на голове и на руках, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью зарядки и подвижной игры «Парашютисты».	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, 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 формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Повторить правило составления зарядки. Составить комплекс упражнений с гимнастическим мячом
35	Гимнастические упражнения		Разучить разминку на гимнастических матах с мячом; совершенствовать технику выполнения гимнастических упражнений; провести упражнение на внимание.	иметь углубленные представления о гимнастических упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на гимнастических матах с мячом и игрового упражнения на внимание.	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сообщать содержание в устной форме. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	социальной справедливости формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Повторить висы и отжимания

36	Лазанье по гимнастической стенке и висы		повторить разминку на гимнастических матах с мячом; повторить технику лазанья по гимнастической стенке; повторить различные варианты висов; провести подвижную игру «Ловля обезьян».	иметь углубленные представления о технике лазанья по гимнастической стенке и о висах завесом одной и двумя ногами на перекладине, а также, орг-ть здоровьесбер-ю жизнедеятельность с помощью разминки на гимнастических матах с мячом и подв. игры «Ловля обезьян»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание	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	Повторить шпагаты прямой и продольный
37	Висы.		разучить разминку с гимнастическими палками; повторить различные варианты висов; провести подвижную игру «Ловля обезьян».	иметь углубленные представления о том, какие варианты висов существуют, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими палками, и подвижной игры «Ловля обезьян»	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Придумать свои варианты висов
38	Круговая тренировка		Повторить разминку с гимнастическими палками; провести круговую тренировку и подвижную игру «Удочки».	иметь углубленные представления о правилах прохождения круговой тренировки; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки разминку с гимнастическими палками и подвижной игры «Удочки»;	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить приседания и прыжки в скакалку
39	Прыжки в скакалку		разучить разминку со скакалками; повторить технику прыжков в скакалку; провести подвижную игру «Горячая линия».	иметь углубленные представления о технике прыжков со скакалкой и в скакалку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подвижной игры «Горячая линия»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <b>Регулятивные:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Повторить наклоны из положения стоя

40	Прыжки в скакалку в тройках		повторить разминку со скакалками и прыжки в скакалку; разучить прыжки в скакалку в тройках; повторить подвижную игру «Горячая линия».	иметь первоначальные представления о прыжках в скакалку в тройках, углубленные представления о технике прыжка со скакалкой и в скакалку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подвижной игры «Горячая линия»;	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе. <b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>Познавательные:</b> прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,	Повторить приседания
41	Круговая тренировка		повторить разминку со скакалками; провести круговую тренировку; повторить подвижную игру «Игра в мяч с фигурами».	иметь углубленные представления о круговой тренировке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалкой и подв. игры «Игра в мяч с фигурами»	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Отжимания от пола. Записать результат
42	Лазанье по канату в два приема		Повторить разминку со скакалками; повторить прыжки в скакалку в тройках разучить технику лазанья по канату в два приема и подвижную игру «Будь осторожен».	иметь первоначальные представления о лазанье по канату в два приема, углубленные представления о лазанье по канату в три приема, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки со скакалками и подв.игры «Будь осторожен»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <b>Познавательные:</b> залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другимлюдям	Измерить рост, массу грудной клетки. Записать
43	Упражнения на гимнастическом бревне		разучить разминку на гимнастических скамейках; разучить упражнения на гимнастическом бревне; разучить подвижную игру «Салки и мяч».	иметь углубленные представления об упражнениях на гимнастическом бревне, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, на гимнастических скамейках, и подвижной игры «Салки и мяч»;	<b>Коммуникативные:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>Познавательные:</b> выполнять упражнения на гимнастическом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Выполнить прыжок в высоту с места. Записать результаты

					бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»		
--	--	--	--	--	--	--	--

44	Упражнения на гимнастической стенке		Повторить разминку на гимнастических скамейках; повторить упражнения на гимнастическом бревне и упражнения на стенке; провести подвижную игру «Салки и мяч»	иметь углубленные представления об упражнениях на стенке и гимнастическом бревне, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на гимнастических скамейках и подвижной игры «Салки и мяч».	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Выполнить подбрасывание малого мяча. Записать
45	Круговая тренировка		разучить разминку в движении; повторить комбинации на гимнастической стенке и упражнения на гимнастическом бревне; провести круговую тренировку и подвижную игру «Ловишки с мешочком на голове».	иметь углубленные представления об упражнениях на стенке и гимнастическом бревне, а также о круговой тренировке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Ловишки с мешочком на голове»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастической стенке лезть по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Повторить отжимания от пола
46	Вращение обруча		разучить разминку с обручами; повторить различные варианты вращения обруча; разучить подвижную игру «Катание колеса»	иметь углубленные представления о различных вариантах вращения обруча, организовывать с помощью разминки с обручами и подвижной игры «Катание колеса»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Повторить перекаты назад вперед в группировке и право, влево
47	Варианты вращения обруча		разучить разминку с обручами в движении; повторить варианты вращения обруча; повторить подвижную игру «Катание колеса»	иметь углубленные представления о различных вариантах вращения обруча, организовывать с помощью разминки с обручами в движении и подв. игры «Катание колеса»			Повторить перекаты назад вперед в группировке и право, влево
48	Круговая тренировка		повторить разминку с обручами в движении; стойку на голове и руках, провести круговую тренировку и повторить подвижную игру «Катание колеса»	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с обручами в движении, круговой тренировки и подвижных игр;	Коммуникативные: обеспечивать совместную работу. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности	Форма для лыж

49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок		повторить организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки; проверить наличие спортивной формы и инвентаря; повторить	иметь углубленные представления о лыжах, их эксплуатации, о том, какую спортивную форму следует носить, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	стр. 159 Одежда лыжника
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок		технику ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.	иметь углубленные представления о лыжах, их эксплуатации, о том, какую спортивную форму следует носить, о влиянии лыжной подготовки на здоровье человека, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Стр. 161 Задание
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками		проверить умение пристегивать крепления; совершенствовать технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок; повторить технику скользящего и ступающего шага на лыжах с лыжными палками. Повороты переступанием	иметь углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Стр. 156
52	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыж палками		проверить умение пристегивать крепления; совершенствовать технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок; повторить технику с лыжными палками. Повороты переступанием	иметь углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;			Стр. 156



53	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах		повторить повороты на лыжах переступанием и прыжком; повторить попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах; повторить ранее изученные лыжные ходы.	иметь углубленные представления о попеременном и одновременном двухшажном ходе на лыжах, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, поворотах переступанием и прыжком, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Повторить отжимание от пола
54	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах		повторить повороты на лыжах переступанием и прыжком; повторить попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах; повторить ранее изученные лыжные ходы.	иметь углубленные представления о попеременном и одновременном двухшажном ходе на лыжах, углубленные представления о передвижении на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок и с ними, поворотах переступанием и прыжком, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом		Повторить отжимание от пола
55	попеременный одношажный ход на лыжах		повторить попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах; разучить технику попеременного одношажного хода на лыжах; повторить правила обгона на лыже	иметь первоначальные представления о передвижении на лыжах попеременным одношажным ходом, углубленные представления о передвижении на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами
56	попеременный одношажный ход на лыжах		повторить попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах; разучить технику попеременного	иметь первоначальные представления о передвижении на лыжах попеременным одношажным ходом, углубленные представления о передвижении на лыжах попеременным и	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		Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами

			одношажного хода на лыжах; повторить правила обгона на лыжне	одновременным двухшажным ходом, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе		
--	--	--	--	--	---	--	--

57	Одновременный одношажный ход на лыжах		повторить технику ранее изученных ходов на лыжах; разучить одновременный одношажный ход на лыжах повторить правила обгона на лыжне.	иметь первоначальные представления о передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом, углубленные представления о различных вариантах передвижении на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Стр. 155 – 156
58	Одновременный одношажный ход на лыжах		повторить технику ранее изученных ходов на лыжах; разучить одновременный одношажный ход, повторить правила обгона на лыжне.	иметь первоначальные представления о передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом, углубленные представления о различных вариантах передвижении на лыжах,	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе		Стр. 155-156
59	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке		Повторить технику изученных ранее лыжных ходов; повторить подъемы «полуелочкой» и «елочкой» на лыжах и спуск в основной стойке на лыжах.	иметь углубленные представления о различных вариантах передвижении на лыжах, о подъеме на склон «полуелочкой» и «елочкой», о спуске со склона в основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели .Познавательные: кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,	Стр. 157-158
60	Подъем «полу елочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке		Повторить технику изученных ранее лыжных ходов; повторить подъемы «полуелочкой» и «елочкой» на лыжах и спуск в основной стойке на лыжах.	иметь углубленные представления о различных вариантах передвижении на лыжах, о подъеме на склон «полуелочкой» и «елочкой», о спуске со склона в основной стойке, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом»	осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Стр. 157-158

61	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах		Повторить технику лыжных ходов подъема на склон «елочкой» и «полуелочкой» и «лесенкой», спуск со склона в основной стойке и торможение «плугом».	иметь углубленные представления о технике выполнения лыжных ходов», углубленные представления о подъеме на склон «лесенкой» «полуелочкой» и «елочкой», спуске в основной стойке; торможении «плугом» , организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла 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	Повторить приседания 20 раз за 30-40 секунд
62	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах		Повторить технику лыжных ходов подъема на склон «елочкой» и «полуелочкой» и «лесенкой», спуск со склона в основной стойке и торможение «плугом».	иметь первоначальные представления о торможении «плугом» и о подъеме на склон «лесенкой», углубленные представления о подъеме на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуске в основной стойке;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»		Повторить приседания 20 раз за 30-40 секунд
63	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»		Повторить технику лыжных ходов; различные варианты подъема на склон, торможения «плугом», провести передвижение и спуск на лыжах «змейкой» со склона.	иметь углубленные представления о технике выполнения лыжных ходов, технике различных вариантов подъема на склон, торможения «плугом», передвижения и спуска «змейкой» со склона.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить подъем туловища из положения лежа на спине
64	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»		Повторить технику лыжных ходов; различные варианты подъема на склон, торможения «плугом», провести передвижение и спуск на лыжах «змейкой» со склона.	иметь углубленные представления о технике передвижения на лыжах, технике спуска со склона «змейкой», о технике подъема на склон и спуска на лыжах со склона;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»		Повторить подъем туловища из положения лежа на спине

65	Подвижная игра на лыжах «Накаты»		совершенствовать технику передвижения на лыжах, повторить передвижение и спуск на лыжах «змейкой»; провести подвижную игру на лыжах «Накаты».	иметь углубленные представления о технике передвижения и спуска на лыжах «змейкой», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла 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	Повторить шпагаты прямой и продольный
66	Подвижная игра на лыжах «Накаты»		совершенствовать технику передвижения на лыжах повторить передвижение и спуск на лыжах «змейкой»; провести подвижную игру на лыжах «Накаты».	иметь углубленные представления о технике передвижения и спуска на лыжах «змейкой», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Накаты»;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке,		Повторить шпагаты прямой и продольный
67	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»		Повторить технику спуска в низкой стойке; подвижную игру на лыжах «Накаты»; разучить подвижную игру на лыжах «Подними предмет»	иметь углубленные представления о спуске со склона на лыжах в низкой стойке, углубленные представления о технике передвижения на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и подвижной игры «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»		Повторить наклоны из положения стоя
68	Прохождение дистанции 2 км на лыжах		провести прохождение дистанции 2 км на лыжах, катание со склона в низкой стойке и свободное катание.	иметь первоначальные представления о своих способностях по преодолению 2-километровой дистанции на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	Повторить броски и ловлю мелких предметов из руки в руку

69	Прохождение дистанции 2 км на лыжах		провести прохождение дистанции 2 км на лыжах, катание со склона в низкой стойке и свободное катание.	иметь первоначальные представления о своих способностях по преодолению 2-километровой дистанции на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» «Подними предмет»	основе представлений о нравственных нормах, социальной	Повторить броски и ловлю мелких предметов из руки в руку
70	Контрольный урок по лыжной подготовке		Повторить ранее изученные лыжные ходы, технику передвижения на лыжах «змейкой», подъема на склон «лесенкой» и спуска в низкой стойке, спуск с упр-ем «Подними предмет»	иметь углубленные представления о возможных упражнениях, которые можно выполнять на лыжах, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах;	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Спортивная форма для зала
71	Полоса препятствий		Разучить разминку в движении; провести преодоление полосы препятствий, подготов к опорному прыжку; повторить подвижную игру «Удочка».	иметь первоначальные представления об упражнениях, подводящих к опорному прыжку, иметь углубленные представления о полосе препятствий, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Повторить лазания и отжимания
72	Усложненная полоса препятствий		Провести разминку в движении и преодоление усложненной полосы препятствий, подготовку к опорному прыжку; повторить подвижную игру «Удочка».	иметь углубленные представления об упражнениях, подводящих к опорному прыжку, о полосе препятствий, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности. Познавательные: преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть		Повторить выпрыгивание с двух ног и приседание

73	Прыжок в высоту с прямого разбега		Разучить разминку с гимнастическими скамейками повторить технику прыжка в высоту с прямого разбега; провести подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	иметь углубленные представления о прыжках в высоту с прямого разбега, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастическими скамейками и подвижной игры «Вышибал с кеглями»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Стр. 101 прыжок с перешагиванием
74	Прыжок в высоту способом «перешагивание»		Повторить разминку со скамейками; прыжки в высоту с прямого разбега; провести прыжок в высоту способом «перешагивание», повторить подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	иметь первоначальные представления о прыжках в высоту способом «перешагивание», иметь углубленные представления о прыжках в высоту с прямого разбега,	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»	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	Стр. 120 – 122 физкультминутка комплекс № 1
75	Физкультминутка		Познакомить с физкультминутками; разучить разминку с включёнными упражнениями из физкультминуток, провести прыжок в высоту способом «перешагивание», повторить подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	иметь первоначальные представления о физкультминутках, углубленные представления о прыжках в высоту способом «перешагивание», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с включёнными упражнениями из физкультминуток, и подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	Коммуникативные: владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»	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	Стойка на одной ноге с закрытыми глазами. Засечь
76	Знакомство с опорным прыжком		Повторить разминку с включёнными упражнениями из физкультминуток; совершенствовать прыжок в высоту	иметь первоначальные представления об опорном прыжке через козла, углубленные представления о прыжках в высоту способом «перешагивание», и спиной	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	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,	Стр. 122-123 физкультминутка комплекс № 2

			<p>спиной вперёд, и способом «перешагивание», познакомить с опорным прыжком; провести подвижную игру «Ловишки с подлезанием».</p>	<p>вперёд, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с включёнными упражнениями из физкультминуток, и подвижной игры «Ловишки с подлезанием».</p>	<p>субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка»</p>	<p>развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	
--	--	--	---	---	---	---	--



77	Опорный прыжок		разучить разминку с включёнными упр-ми из физкультминуток; повторить технику опорного прыжка, подвижную игру «Ловишки с подлезанием».	иметь углубленные представления об опорном прыжке через козла, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с включёнными упр-ми из физкультминуток, и подв. игры «Ловишки с подлезанием».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Повторить выпрыгивания и приседания
78	Контрольный урок по опорному прыжку		Повторить разминку с включёнными упр-ми из физкультминуток; повторить технику опорного прыжка, подвижную игру по желанию детей.	иметь углубленные представления об опорном прыжке через козла, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с включёнными упр-ми из физкультминуток, и подвижной игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Выполнять зарядку каждый день
79	Броски мяча через волейбольную сетку		разучить разминку с мячами; повторить технику броска мяча через волейбольную сетку; провести подвижную игру «Вышибалы через сетку».	иметь углубленные представления о бросках мяча через волейбольную сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и 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 партнеров. 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 доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать	Вспомнить правила игры пионербол

						конфликты	
--	--	--	--	--	--	-----------	--

80	Подвижная игра «Пионербол»		повторить разминку с мячами; совершенствовать технику бросков мяча через волейбольную сетку; повторить подвижную игру «Пионербол».	иметь углубленные представления о том, как можно готовиться к спортивной игре «Волейбол», углубленные представления о том, как выполнять броски и ловлю мяча, организовать здоровую жизнь с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол		Повторить отжимания от пола. Записать
81	Упражнения с мячом		разучить разминку с мячами; разучить волейбольные упражнения в парах; повторить подвижную игру «Пионербол».	иметь углубленные представления о волейболе и волейбольных упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и подвижной игры «Пионербол»;	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие 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	Повторить шпагат прямой и продольный
82	Волейбольные упражнения		повторить разминку с мячами в парах; провести волейбольные упражнения; повторить подвижную игру «Пионербол».	иметь углубленные представления о волейбольных упражнениях, выполняемых через сетку, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячами и 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 этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить отжимания от пола
83	Контрольный урок по волейболу		разучить разминку с мячом в движении; провести проверку знаний и умений из области волейбола; повторить подвижную игру «Пионербол».	иметь углубленные представления контрольном уроке по волейболу, организовывать здоровую жизнь с помощью разминки с мячом в движении и игры «Пионербол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную	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	Стр. 106 - 107 Рисунки

					игру «Пионербол		
--	--	--	--	--	-----------------	--	--

84	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»		разучить разминку с набивным мячом; повторить технику броска набивного мяча способами «от груди» и «снизу»; про вести подвижную игру «Точно в цель».	иметь углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «от груди» и «снизу», организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивными мячами и подвижной игры «Точно в цель»;	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу», «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить подъемы туловища из положения лежа за 1 минуту
85	Броски набивного мяча правой и левой рукой		повторить разминку с набивным мячом, повторить технику броска набивного мяча правой и левой рукой; повторить подвижную игру «Точно в цель»	иметь углубленные представления о том, как выполняется бросок набивного мяча способами «снизу» и «от плеча»,	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»		Повторить вис
86	Тестирование виса на время		разучить разминку с гимнастическими палками; провести тестирование виса на время; разучить подвижную игру «Борьба за мяч».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы и выносливости,	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Повторить наклоны из положения стоя
87	Тестирование наклона вперед из положения стоя		повторить разминку с гимнастическими палками и правила спортивной игры «Гандбол». провести тестирование наклона вперед из положения стоя;	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — гибкости,	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол»		Повторить технику прыжка в длину с места. Приседания
88	Тестирование прыжка в длину с места		провести разминку, направленную на подготовку к	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Повторить подтягивание в висе (М)

			<p>прыжкам в длину; провести тестирование прыжка в длину с места и спортивную игру «Гандбол».</p>	<p>отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, и спортивной игры «Гандбол»;</p>	<p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	<p>нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Отжимание от пола (Д)</p>
--	--	--	---	--	---	--	------------------------------

89	Тестирование подтягивания мин и отжимания от пола из упора лёжа		разучить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование подтягивания на низкой и высокой перекладине и отжимания от пола из упора лёжа; повторить спортивную игру «Гандбол».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, и спортивной игры «Гандбол»;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в спортивную игру «Гандбол»	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	Повторить подьемы туловища из положения лежа на спине
90	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин		повторить разминку, направленную на развитие координации движений; провести тестирование подъема туловища из положения лежа за 1 мин; повторить спортивную игру «Баскетбол»	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — силы, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и спортивной игры «Баскетбол»;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в спортивную игру «Баскетбол»		Повторить подбрасывания и ловлю малого мяча из руки в руку
91	Баскетбольные упражнения		разучить разминку с мячом на месте и в движении; повторить броски мяча в баскетбольное кольцо; провести спортивную игру «Баскетбол».	иметь углубленные представления о технике бросков мяча в баскетбольное кольцо и баскетбольных упражнений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом; и 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	Повторить стойку баскетболиста

92	Тестирование метания малого мяча на точность		повторить разминку с мячом на месте и в движении; провести тестирование метания малого мяча на точность и спортивную игру «Баскетбол».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — ловкости и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом на месте и в движении и спортивной игры «Баскетбол»;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, 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	Повторить отжимания от пола
93	Спортивная игра «Баскетбол»		разучить разминку с мячом в движении; совершенствовать технику бросков мяча баскетбольные кольца; провести спортивную игру «Баскетбол».	иметь углубленные представления о технике бросков мяча в баскетбольное кольцо, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в движении и спортивной игры «Баскетбол»;	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»		Подготовить спортивную форму для улицы
94	Беговые упражнения		разучить разминку в движении; провести беговые упражнения и подвижную игру «Командные хвостики».	иметь первоначальные представления о разнообразии беговых упражнений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Командные хвостики»	<b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Повторить технику высокого старта
95	Тестирование бега на 30 м, 60 м с высокого старта		повторить разминку в движении; провести тестирование бега на 30 м с высокого старта; разучить подвижную игру «Ножной мяч».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты и скоростной	<b>Коммуникативные:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим	Упражнение на равновесие с закрытыми глазами



				выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Командные хвостики»;	цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ножной мяч»	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	
96	Тестирование челночного бега 3 * 10 м		разучить беговую разминку; провести тестирование челночного бега 3 x 10 м и подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты, скоростной выносливости, координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование челночного бега 3 x Юм, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»		Повторить шпагат прямой и продольный
97	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность		повторить беговую разминку; провести тестирование метания мешочка на дальность и подвижную игру «Флаг на башне».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — быстроты, силы и координации движений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Флаг на башне»;	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне»		Повторить наклона из положения сидя и лежа
98	Футбольные упражнения		разучить разминку с мячами; провести футбольные упражнения и спортивную игру «Футбол».	иметь углубленные представления о футбольных упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и спортивной игры «Футбол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим	Повторить отжимания от пола

99	Спортивная игра «Футбол».		повторить разминку с мячами; провести футбольные упражнения и спортивную игру «Футбол».	иметь углубленные представления о футбольных упражнениях, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом и спортивной игры «Футбол».	познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол»	людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Повторить «Лягушку»
100	Бег на 1000м		разучить разминку, направленную на подготовку к бегу; провести бег на 1000 м; повторить спортивную игру «Футбол».	владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств — выносливости, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на подготовку к длительному бегу, и 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 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	Придумать спортивные игры
101	Спортивные игры		Разучить разминку в движении и провести 2-3 спортивные игры по желанию учеников; и эстафеты с передачей эстафетной палочки	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и спортивных игр;	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.	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	Придумать подвижные игры для итогового урока
102	Подвижные и спортивные игры. Итог года		провести беговую разминку и подвижные игры, выбранные по желанию учеников; подвести итоги года.	организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разночленных упражнений, подвижных и спортивных игр;	Познавательные: передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры, подводить итоги года		Вести здоровый и подвижный образ жизни и закалывания