Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7 им.А.П.Чулкова
г.Карабаново ул.Победы дом 7
тел. 5-24-94

Согласовано
«27» августа 2019 год
Заместитель директора по УВР
_____ О.Н.Романова
(подпись)

Утверждаю
Приказ от «28» августа 2019г. № 139
Директор школы
_____ М.А. Воронкова
(подпись)

Рабочая учебная программа
по физической культуре
в 1-х классах
на 2019 – 2020 учебный год

учитель:
Ильина И.Н.
первая кв.категория

2019 год

1 КЛАСС

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Физическая культура - обязательный учебный курс в общеобразовательных организациях. Предмет "Физическая культура" является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня, внеклассной работой по физической культуре (группы ОФП, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) - достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Цель школьного физического воспитания – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

1. Укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

2. Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
3. Овладение школой движений;

4. Развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
5. Формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и физических (координационных и кондиционных) способностей;
6. Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
7. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
8. Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
9. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

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

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

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

- требования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

- Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020г.;
- примерной программы основного общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010г. №889.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

На курс «Физическая культура» в 1 классе отводится 99 часов (3 часа в неделю). Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. №889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373) данная рабочая программа 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, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- 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 метапредметными 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 здоровье-сберегающую 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).

Распределение учебных часов по разделам программы, количество часов, отводимых на изучение каждой темы, приведено в таблице.

Тема	Количество	Количество контрольных работ
Знания о физической культуре	4	1
Гимнастика с элементами акробатики	21	8
Лыжная подготовка	18	1
Легкая атлетика	28	8
Подвижные игры	28	3
Общее количество часов	99	21

Тематическое планирование по физической культуре

1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Форма контроля
1.	Лёгкая атлетика (28 часов)			
1.1	**Ходьба и бег**	12		
	ОВЛАДЕНИЕ ЗНАНИЯМИ. Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость. ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ ХОДЬБЫ И РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ.		Усваивают основные понятия и термины	Текущий.
	Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, в приседе, с высоким подниманием бедра. ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ БЕГА, РАЗВИТИЕ СКОРОСТНЫХ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ.		Осваивают и выполняют технику ходьбы, устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	Текущий.

	Обычный бег, с изменением направления движения по указанию учителя. Обычный бег в чередовании с ходьбой до 150м. обычный бег по размеченным участкам дорожки, челночный бег 3×5м, 3×10м, эстафеты с бегом на скорость. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАВЫКОВ БЕГА И РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ. Равномерный, медленный, до 3-4мин. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ БЕГА, РАЗВИТИЕ СКОРОСТНЫХ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ. Эстафеты «Вызов номеров». Бег с ускорением от 10 до 15м.		Выполняют беговые упражнения. Применяют беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Выбирают индивидуальный темп передвижения. Взаимодействуют со сверстниками, соблюдая правила безопасности.	Текущий. Текущий.
1.2	**Прыжки**	8		
	ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ ПРЫЖКОВ, РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ. На одной и на двух ногах на месте; с продвижением вперёд на двух ногах; в длину с места, через скакалку, многоразовые (до 8 прыжков).		Взаимодействуют со сверстниками, соблюдая правила безопасности. Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Применяют прыжковые упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей.	Текущий.
	ЗАКРЕПЛЕНИЕ НАВЫКОВ ПРЫЖКОВ.			

	Игры с прыжками с использованием скакалки. ОВЛАДЕНИЕ ЗНАНИЯМИ. Название прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину.		Усваивают основные понятия и термины.	Текущий.
1.3	**Метания**	8		
	ОВЛАДЕНИЕ НАВЫКАМИ МЕТАНИЯ, РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ. Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания; на заданное расстояние, в горизонтальную и вертикальную цель(2×2м) с расстояния 3-4м. ОВЛАДЕНИЕ ЗНАНИЯМИ. Названия метательных снарядов.		Демонстрируют выполнение метательных упражнений. Усваивают основные понятия и термины.	Текущий. Текущий.
2.	Гимнастика с элементами акробатики (21 час)			
2.1	ОВЛАДЕНИЕ ЗНАНИЯМИ. Названия снарядов и гимнастических элементов, правила безопасности во время занятий.		Объясняют название и назначение гимнастических снарядов, руководствуются правилами соблюдения безопасности.	Текущий.
2.2	ОСВОЕНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ С ПРЕДМЕТАМИ, РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ, СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ГИБКОСТИ. ОРУ с большими и малыми мячами, с гимнастической		Описывают состав и	Текущий.

	палкой, обручем.		содержание ОРУ с предметами.	
2.3	**ОСВОЕНИЕ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОПОБНОСТЕЙ.** Группировка; перекаты в группировке, лёжа на животе и из упора стоя на коленях; стойка на лопатках, согнув ноги.	8	Описывают технику акробатических упражнений.	Текущий.
2.4	**ОСВОЕНИЕ ВИСОВ И УПОРОВ, РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ И КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ.** Упражнения в висе стоя и лёжа; в висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых ног; вис на согнутых руках; подтягивание в висе лёжа, то же из седа ноги врозь и в висе на канате; упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке.	3	Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику. Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.	Текущий. Текущий.
2.5	**ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ ЛАЗАНЬЯ И ПЕРЕЛЕЗАНИЯ, РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ И СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ, ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ.** Лазанье по гимнастической стенке и канату, подтягивание лёжа на животе по горизонтальной скамейке; перелезание через горку матов и гимнастическую	3	Описывают технику упражнений в лазанье и перелезании. Оказывают помощь сверстникам в освоении упражнений в лазанье и перелезании, анализируют их технику. Осваивают технику упражнений в лазанье и перелезании, предупреждают	Текущий.

	скамейку. Лазанье по канату.		появление ошибок и соблюдают правила безопасности.	
2.6	**ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ В ОПОРНЫХ ПРЫЖКАХ, РАЗВИТИЕ КОРДИНАЦИОННЫХ, СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ.** Перелезание через гимнастического коня.	2	Описывают технику и осваивают её. Оказывают помощь сверстникам при освоении ими новых упражнений, анализируют их технику выполнения. Соблюдают правила безопасности.	Текущий.
2.7	**ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ РАВНОВЕСИЯ.** Стойка на носках, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке); ходьба по гимнастической скамейке; перешагивание через мячи. Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами; ходьба по рейке гимнастической скамейки.	3	Описывают технику выполнения упражнений на гимнастической скамейке, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику, выявляют ошибки.	Текущий.
2.8	**ОСВОЕНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ И РАЗВИТИЕ КООРДИНАИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ.** Шаг с прискоком; приставные шаги.	2	Описывают и осваивают технику танцевальных упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых танцевальных упражнений.	Текущий.
2.9	ОСВОЕНИЕ СТРОЕВЫХ УПРАЖНЕНИЙ. Основная стойка; построение в колонну по одному и в		Различают строевые команды. Точно выполняют строевые приёмы.	Текущий.

	шеренгу, в круг; по заранее установленным местам; размыкание на вытянутые в стороны руки; повороты направо, налево; команды «Шагом марш!», «Класс, стой!». Передвижение в колоне по одному на указанные ориентиры.			
2.10	ОСВОЕНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ БЕЗ ПРЕДМЕТОВ, РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ, СИЛЫ И ГИБКОСТИ, А ТАКЖЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ. Основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении. Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. Комбинации (комплексы) ОРУ различной координационной сложности.		Описывают состав и содержание ОРУ без предметов. Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.	Текущий.
3.	Лыжная подготовка (18 часов)			
3.1	ОВЛАДЕНИЕ ЗНАНИЯМИ. Основные требования к одежде и обуви во время занятий. Требования к температурному режиму, понятие об обморожении. Техника безопасности при занятиях лыжами.	1	Объясняют назначение понятий и терминов, относящихся к бегу на лыжах.	Текущий.
3.2	**ОСВОЕНИЕ ТЕХНИКИ ЛЫЖНЫХ ХОДОВ.** Переноска и надевание лыж.		Описывают технику передвижения на лыжах.	Текущий.

	Ступающий шаг. Скользящий шаг без палок Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Подъёмы и спуски под уклон. Передвижение на лыжах до 1км.	 2 3 3 1 3 5	Осваивают её под руководством учителя, выявляют и устраняют ошибки.	
4.	Подвижные игры (28 часов)			
	Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности. ЗАКРЕПЛЕНИЕ И СОВЕРШЕНСТОВАНИЕ НАВЫКОВ БЕГА, РАЗВИТИЕ СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ, СПОСОБНОСТИ К ОРИЕНТИРОВАНИЮ В ПРСТРАНСТВЕ. Подвижные игры «Два Мороза», «Пятнашки», «Вызов номеров». ЗАКРЕПЛЕНИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАВЫКОВ В ПРЫЖКАХ, РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ, ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ. Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». ЗАКРЕПЛЕНИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ МЕТАНИЙ НА ДАЛЬНОСТЬ И ТОЧНОСТЬ, РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТЕЙ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЮ ПАРАМЕТРОВ ДВИЖЕНИЙ, СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ. Подвижные		Руководствуются правилами игр, соблюдая правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их, выявляют и устраняют типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Взаимодействуют со	Текущий. Текущий. Текущий.

	игры «Метко в цель», «Точный расчёт». **ОВЛАДЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ УМЕНИЯМИ В ЛОВЛЕ, БРОСКАХ, ПЕРЕДАЧАХ И ВЕДЕНИИ МЯЧА.** Ловля, передача, броски и ведение мяча индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой (шагом и бегом). ЗАКРЕПЛЕНИЕ И **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДЕРЖАНИЯ, ЛОВЛИ, ПЕРДАЧИ, БРОСКА И ВЕДЕНИЯ МЯЧА И РАЗВИТИЕ СПОСОБНОСТЕЙ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЮ ПАРАМТРОВ ДВИЖЕНИЙ, РЕАКЦИИ, ОРИЕНТИРОВАНИЮ В ПРОСТРАНСТВЕ.** Подвижные игры «Передал – садись», «Мяч водящему», «Охотники и утки».	10 10 2 1 5	сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безопасности. Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей. Используют подвижные игры для активного отдыха.	Текущий. Текущий. Текущий.
5.	Основы знаний (4 часа)			
	КОГДА И КАК ВОЗНИКЛИ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ. СОВРЕМЕННЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГЫ. ЧТО ТАКОЕ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. Роль и значение занятий физической культурой и		Называют движения, которые выполняют первобытные люди на рисунке. Определяют цель возрождения Олимпийских игр. Определяют признаки положительного влияния	Текущий. Текущий.

	поддержание хорошего здоровья для успешной учёбы и социализации.		занятий физкультурой на успехи в учёбе.	
	ТВОЙ ОРГАНИЗМ. Упражнения на улучшение осанки, для укрепления мышц живота и спины, для укрепления мышц стоп ног.		Выполняют упражнения на улучшение осанки, для укрепления мышц живота и спины, для укрепления мышц стоп ног.	Текущий.
	СЕРДЦЕ И КРОВЕНОСНЫЕ СОСУДЫ. Укрепление сердца с помощью занятий физическими упражнениями.		Объясняют важность занятий физическими упражнениями, катания на коньках, лыжах, велосипеде, плавания, бега для укрепления сердца.	Текущий.
	ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ. Как правильно дышать при различных физических нагрузках.		Выполняют упражнения на разные виды дыхания.	Текущий.
	ТРЕНИРОВКА УМА И ХАРАКТЕРА. Режим дня, его содержание и правила планирования. Утренняя зарядка и её влияние на самочувствие и работоспособность человека.		Учатся правильно распределять время и соблюдать режим дня.	Текущий.
	СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА И ОБУВЬ. Требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями и спортом (в помещении, на открытом воздухе, при различных погодных условиях).		Руководствуются правилами выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий.	Текущий.
	САМОКОНТРОЛЬ. Тестирование физических (двигательных) способностей (качеств): скоростных, координационных, силовых, выносливости, гибкости,		Выполняют тестовые упражнения: бег 30м, челночный бег 3×10м, подтягивание из виса (мальчики), вис (девочки), бег в сочетании с ходьбой	

	скоростно-силовых. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ. Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями (ушиб, ссадины и потёртости кожи, кровотечения).		500м, наклон сидя, прыжок в длину с места, поднимание туловища за 30 секунд. Руководствуются правилами профилактики травматизма.	Текущий.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

К концу учебного года учащиеся научатся:

• по разделу «Знания о физической культуре» – выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое режим дня и как он влияет на жизнь человека, как оказывать первую помощь при травмах;

• по разделу «Гимнастика с элементами акробатики» – строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, стойку на лопатках согнув ноги, лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с гимнастическими скамейками и на них;
• по разделу «Легкая атлетика» – пробегать на скорость дистанцию 30 м, выполнять челночный бег 3 × 10 м, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, преодолевать полосу препятствий, пробегать 500м.
• по разделу «Лыжная подготовка» – передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками и без них, проходить дистанцию 1км на лыжах, подниматься на склон «елочкой», а также спускаться в основной стойке;
• по разделу «Подвижные игры» – играть в подвижные игры: «Два Мороза», «Пятнашки», «Передал - садись», « Мяч водящему», «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки», «Метко в цель», «Охотники и утки», «Вызов номеров», выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах.

Материально-техническое обеспечение

Библиотечный фонд:

• стандарт начального общего образования по физической культуре;

- примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (1–4 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

Демонстрационный материал:

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

Технические средства:

- телевизор с универсальной приставкой;
- аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок;
- экран (на штативе или навесной);
- цифровая видеокамера.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- перекладина гимнастическая;
- перекладина навесная;
- канат для лазанья;
- маты гимнастические;
- мячи-хопы;
- скакалки гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- палки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- рулетка измерительная (10 м);
- щиты с баскетбольными кольцами;

• большие мячи (резиновые, баскетбольные, футбольные);

• стойки волейбольные;

• сетка волейбольная; • мячи средние резиновые;

• аптечка медицинская.

Рабочая программа составлена по учебно-методическому комплекту В.И. Ляха «Физическая культура. 1-4 классы» (М.: Просвещение).

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования с учетом примерных программ по учебному предмету на основе материала указанного учебника. Программа полностью отражает базовый уровень подготовки школьников, конкретизирует содержание тем образовательного стандарта и дает распределение учебных часов по разделам курса. Распределение учебных часов по разделам программы и календарно-тематическое планирование соответствуют методическим рекомендациям авторов учебно-методических комплектов. Программа включает следующие разделы:

• пояснительную записку, где представлены общая характеристика программы, сведения о количестве учебных часов, на которое рассчитана программа, информация об используемом учебно-методическом комплекте; так - же в ней изложены цель и задачи обучения, основные требования к уровню подготовки учащихся с указанием личностных, метапредметных и предметных результатов освоения курса физической культуры 1 класса по каждой из предметных областей;

• тематическое планирование учебного материала;

• поурочное планирование с указанием темы и типа урока, подробным перечнем элементов содержания уроков, а также основных видов учебной деятельности и планируемых результатов;

• описание учебно-методического и материально-технического обеспечения.

Поурочное планирование

1 класс

№ уро-ка	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты		
	план	факт						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Знания о физической культуре.										
1			Организаци-онно-методические требования	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, информаци-онно – ком-муникацион-ные, коллек-тивного выполнения задания.	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, повторение строевых упражнений; повторение беговых упражнений, подвижных игр «Третий лишний», «Совушка».	Организационно-методические требования, строевые упражнения; беговые упражнения, подвижные игры «Третий лишний», «Совушка».	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения; беговые упражнения, правила подвижных игр «Третий лишний», «Совушка».	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга, работать в группе. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** рассказывать об организационно – методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые и беговые упражнения, играть в подвижные игры «Третий лишний», «Совушка».	Развитие мотивов учебной деятель-ности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.

Лёгкая атлетика.										
2			Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развитие навыков самодиагно-стики.	Разучивание разминки на месте. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Повторение беговых упражнений, игры «Совушка»	Разминка на месте. Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Совушка».	Знать, как проводится тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила игры «Совушка».	**Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Совушка».	Развитие этических чувств, доброжела-тельности и эмоционально – нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
3			Техника челночного бега.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, коллектив-ного выпол-нения задания.	Повторение разминки на месте, техники челночного бега; совершенствова-ние беговых упражнений, проведение равномерного, медленного бега 2 минуты, подвижной игры «Два Мороза».	Разминка на месте; беговые упражнения; техника челночного бега; равномерный, медленный бег 2 минуты, подвижная игра «Два Мороза».	Знать технику челночного бега, правила подвижной игры «Два Мороза».	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать; сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель. **Познавательные:** Технично выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Два Мороза».	Развитие мотивов учебной деятельности. Развитие этических чувств, доброжела-тельности и эмоционально – нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
4			Тестирование челночного бега 3×10 м	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, развитие навыков самодиагно-стики.	Разучивание разминки в движении; проведение тестирования челночного бега 3×10 м с высокого старта. Проведение беговых упражнений, равномерного, медленного бега до 3 минут, подвижной игры «Два Мороза».	Разминка в движении; беговые упражнения; тестирование челночного бега 3×10 м с высокого старта; равномерный, медленный бег до 3 минут; подвижная игра «Два Мороза».	Знать, как тестирование челночного бега, играть в подвижную игру «Два Мороза».	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать; сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. **Познавательные:** проходить тестирование челночного бега, играть в подвижную игру «Два Мороза».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжела-тельности и эмоционально – нравственной отзывчивости.

5			Техника метания.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки в движении. Повторение техники метания малого мяча, проведение кросс-похода до 500 м, подвижной игры «Волк во рву».	Разминка в движении. Техника метания малого мяча. Кросс-поход до 500 м. Подвижная игра «Волк во рву».	Знать технику метания малого мяча, совершать кросс-поход до 300 м, правила подвижной игры «Волк во рву».	**Коммуникативные:** работать в группе; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** выполнять метание малого мяча, играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие мотивов учебной деятельности, отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
6			Метание малого мяча на дальность.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки в движении. Повторение метания малого мяча на дальность. Проведение кросс-похода на 500 м, подвижной игры «Удочка».	Разминка в движении. Метание малого мяча на дальность. кросс-поход на 500 м. Подвижная игра «Удочка».	Знать, как выполнять метание мяча на дальность, правила подвижной игры «Удочка».	**Коммуникативные:** работать в группе; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** выполнять метание малого мяча, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжела-тельности и отзывчивости.
7			Метание малого мяча на дальность.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Разучивание разминки на месте, проведение метания малого мяча на дальность, кросс-похода до 700 м, подвижной игры «Волк во рву».	Разминка на месте. Метание малого мяча на дальность, кросс-поход до 700 м. Подвижная игра «Волк во рву».	Знать, как выполнять метание мяча на дальность, правила подвижной игры «Волк во рву».	**Коммуникативные:** работать в группе; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** выполнять метание малого мяча, играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжела-тельности и отзывчивости.
8			Метание малого мяча на дальность.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Повторение разминки с мячом. Разучивание метания малого мяча в цель. Проведение кросс-похода до 700 м, подвижной игры	Разминка с мячом. Метание малого мяча в цель. Кросс-поход до700 м. Подвижная игра «Совушка».	Уметь выполнять разминку с мячом, понимать технику метания малого мяча, знать правила подвижной игры «Совушка».	**Коммуникативные:** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение

						«Совушка».			препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом; уметь рассказать и показать технику метания малого мяча; играть в подвижную игру «Совушка».	социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжела-тельности и эм отзывчивости.
9			Тестирование метания малого мяча в цель.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Повторение разминки с мячом. Проведение тестирования метания малого мяча в цель. Проведение подвижной игры «Волк во рву».	Разминка с мячом. Тестирование метания малого мяча в цель. Подвижная игра «Волк во рву».	Уметь выполнять разминку с мячом, понимать технику метания малого мяча, знать правила подвижной игры «Волк во рву».	**Коммуникативные:** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения; формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом; уметь рассказать и показать технику метания малого мяча; играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие этических чувств, доброже-лательности и змоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты.
10			Техника выполнения прыжка в длину с места.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Разучивание техники прыжка в длину с места. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Техника выполнения прыжка в длину с места. Подвижная игра «Охотники и утки».	Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать технику выполнения прыжка в длину с места; знать правила подвижной игры «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения; формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; уметь рассказать и показать технику прыжка в длину с места; играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие этических чувств, доброже-лательности и змоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты; формирование установки на ЗОЖ.
11			Тестирование прыжка в длину с места.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Повторение	Разминка, направленная на развитие координа-ции движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Охотники и	Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать технику выполнения прыжка в длину с места; знать правила подвижной игры «Охотники и утки».	**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	Развитие этических чувств, доброже-лательности и змоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и

						подвижной игры «Охотники и утки».	утки».		итоговый контроль. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; уметь рассказать и показать технику прыжка в длину с места; играть в подвижную игру «Охотники и утки».	взрослыми, умение не создавать конфликты; формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
12			Темп и ритм.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, информаци-онно – ком-муникаци-онные.	Знакомство с понятиями «темп» и «ритм». Разучивание разминки на месте в кругу. Проведение подвижной игры «Охотники и утки».	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, что такое темп и ритм, правила игры «Охотники и утки». Уметь выполнять разминку на месте в кругу.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** уметь рассказать о темпе и ритме, правила игры «Охотники и утки».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
13			Беговые упражнения.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Повторение понятий «темп» и «ритм». Проведение разминки на месте в кругу. Разучивание беговых упражнений. Разучивание игры «Мышеловка».	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Беговые упражнения. Подвижная игра «Мышеловка».	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку на месте в кругу, беговые упражнения. Понимать правила игры «Мышеловка».	**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 рассказать о темпе и ритме, уметь выполнять беговые упражнения; играть в подвижную игру «Мышеловка».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
14			Метание малого мяча в цель.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки на месте в кругу. Повторение беговых упражнений. Знакомство с понятием «эстафета», проведение	Разминка на месте в кругу. Беговые упражнения. Эстафеты с элементами лёгкой атлетики.	Знать, что такое эстафета и правила их проведения. Уметь выполнять разминку на месте в кругу и беговые упражнения.	**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.	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за

						эстафет с элементами лёгкой атлетики.			**Познавательные:** уметь выполнять разминку на месте в кругу и беговые упражнения, рассказать о правилах проведения эстафет.	свои поступки. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
15			Эстафеты с бегом, прыжками и метанием.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки на месте в кругу. Повторение беговых упражнений, проведение эстафет с элементами лёгкой атлетики.	Разминка на месте в кругу. Беговые упражнения. Эстафеты с элементами лёгкой атлетики.	Знать, что такое эстафета и правила их проведения. Уметь выполнять разминку на месте в кругу и беговые упражнения.	**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 на месте в кругу и беговые упражнения, рассказать о правилах проведения эстафет.	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
Знания о физической культуре.										
16			Олимпийские игры.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развития исследова-тельских навыков, развивающе-го обучения.	Знакомство с Олимпийскими играми, олимпийскими символами и традициями. Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение эстафет с предметами.	Рассказ об Олимпийских играх – символике и традициях. Разминка, направленная на развитие гибкости. Эстафеты с предметами.	Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, соблюдать правила эстафет.	**Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, о правилах проведения эстафет.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни.
Подвижные игры.										
17			Тестирование наклона вперёд.	Котроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперёд из положения сидя. Разучивание подвижной игры «Салки»	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперёд из положения сидя. Подвижная игра «Салки».	Уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости. Знать, как проводится тестирование наклона вперёд из положения сидя, правила подвижной игры «Салки».	**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; уметь рассказать и	Развитие этических чувств, доброже-лательности и змоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты;

									показать, как проводится тестирование наклона вперёд из положения сидя.	формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
18			Тестирование поднимания туловища.	Котроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки в движении, тестирования поднимания туловища за 30 секунд из положения лёжа на спине. Разучивание подвижной игры «Пустое место».	Разминка в движении. Тестирование поднимания туловища за 30 секунд из положения лёжа на спине. Подвижная игра «Пустое место».	Уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижную игру «Пустое место». Знать, как проводится тестирование поднимания туловища за 30 секунд из положения лёжа на спине.	**Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. **Познавательные:** уметь выполнять разминку в движении; уметь рассказать и показать, как проводится тестирование поднимания туловища из положения лёжа на спине.	Развитие этических чувств, доброже-лательности; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты; формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
19			Ловля и броски мяча в парах.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Разучивание разминки с мячом, упражнений с мячом в парах. Проведение подвижной игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Упражнения с мячом в парах. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, как проводится разминка с мячом, упражнения с мячом в парах. Уметь играть в подвижную игру «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция оценка действий, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом в одиночку и в парах.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие доброжелательно-сти и эмоционально-нравственной отзывчивости. Формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
20			Ловля и броски мяча в парах.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Повторение разминки с мячом, упражнений с мячом в парах. Проведение подвижной игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Упражнения с мячом в парах. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, как проводится разминка с мячом, упражнения с мячом в парах. Уметь играть в подвижную игру «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция оценка действий, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом в одиночку и в парах.	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелатель-ности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
21			Индивидуаль-ная работа с	Комбини-рованный	Здоровье-сбережения,	Повторение разминки с мячом,	Разминка с мячом.	Знать, как проводится разминка с мячом,	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя;	Развитие мотивов учебной

			мячом.	урок.	развиваю-щего и индиви-дуально – личностного обучения.	упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Проведение подвижной игры «Охотники и утки».	Упражнения с мячом: ведение, броски, ловля. Подвижная игра «Охотники и утки».	упражнения с мячом: ведение, броски, ловля. Уметь играть в подвижную игру «Охотники и утки».	устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция оценка действий, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом в одиночку и в парах.	деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответ-ственности за свои поступки.
Знания о физической культуре.										
22			Твой организм. Тестирование подтягивания и виса.	Изучение нового материа ла.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, информаци-онно – ком-муникаци-онные.	Знакомство с основными органами организма. Ознакомление с влиянием занятий физическими упражнениями на развитие человека, с травмами, которые возможны при занятиях. Проведение тестирования и виса.	Основные органы человека. Влияние занятий физическими упражнениями на развитие человека. Травмы, которые возможны при занятиях. Тестирование подтягивания и виса.	Знать основные органы человека, влияние занятий физическими упражнениями на развитие человека, травмы, которые возможны при занятиях. Понимать, для чего и как выполняется тестирование подтягивания и виса.	**Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга. **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Познавательные:** уметь рассказать о об основных органах человека, о влиянии занятий, о травмах, возможных при занятиях.	Развитие мотивов учебной деятель-ности; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях; умение не создавать конфликты.
Подвижные игры.										
23			Ловля и броскимяча в парах.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки с мячом, упражнений с мячом в парах. Проведение подвижной игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Упражнения с мячом в парах. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, как проводится разминка с мячом, упражнения с мячом в парах. Уметь играть в подвижную игру «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция оценка действий, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом в одиночку и в парах, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, доброжелательнос ти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни.

24			Индивидуаль-ная работа с мячом.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индиви-дуально – личностного обучения.	Повторение разминки с мячом, упражнений с мячом: ведение мяча, броски, ловля. Проведение подвижной игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Упражнения с мячом: ведение, броски, ловля. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, как проводится разминка с мячом, упражнения с мячом: ведение, броски, ловля. Уметь играть в подвижную игру «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция оценка действий, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом в одиночку и в парах, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответ-ственности за свои поступки.
25			Эстафеты с ведением, ловлей, броском мяча.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индиви-дуально – личностного обучения.	Разучивание разминки в движении по кругу. Проведение эстафет с ведением, ловлей, броском мяча.	Разминка в движении по кругу. Эстафеты с ведением, ловлей, броском мяча.	Знать, как проводится разминка в движении по кругу, соблюдать правила эстафет.	**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 по кругу, рассказать о правилах проведения эстафет.	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.
26			Эстафеты с ведением, ловлей, броском мяча.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индиви-дуально – личностного обучения.	Повторение разминки в движении по кругу. Проведение эстафет с ведением, ловлей, броском мяча.	Разминка в движении по кругу. Эстафеты с ведением, ловлей, броском мяча.	Знать, как проводится разминка в движении по кругу, соблюдать правила эстафет.	**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 по кругу, рассказать о правилах проведения эстафет.	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. Развитие навыков сотрудничества .
Знания о физической культуре.										
27			Возникнове-ние физической	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развиваю-	Знакомство с тем, как возникли физическая культура	Знакомство с теорией возникновения	Знать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять	**Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и	Осознание своей этнической и национальной

			культуры и спорта.		щего обучения, информаци-онно – ком-муникаци-онные.	и спорт. Проведение игры «Два Мороза».	физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра «Два Мороза».	разминку в движении по кругу; уметь играть в подвижную игру «Два Мороза».	слышать друг друга. **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Познавательные:** уметь рассказать о возникновении физической культуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Два Мороза».	принадлежности. Развитие мотивов учебной деятель-ности; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми; формирование эстетических потребностей.

Гимнастика с элементами акробатики.										
28			Техника безопаснос-ти при занятияхгим настикой.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, проблемного и развиваю-щего обуче-ния.	Знакомство с техникой безопасности при занятиях гимнастикой, названием снарядов. Разучивание основной стойки, построения в колону по одному. Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости.	Техника безопасности. Разминка, направленная на развитие гибкости.	Знать название гимнастических снарядов. Уметь соблюдать технику безопасности, выполнять разминку на развитие гибкости.	**Коммуникативные:** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** уметь рассказать правила техники безопасности, назвать гимнастические снаряды, выполнять разминку, направленную на развитие гибкости.	Формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
29			Полоса препятствий.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, проблемного и развиваю-щего обуче-ния.	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперёд из положения сидя. Прохождение полосы препятствий.	Разминка, направленная на развитие гибкости. Полоса препятствий.	Знать, как проводится разминка, напра-вленная на раз-витие гибкости; уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения со сверстниками и взрослыми. **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. **Познавательные:** уметь рассказать о правилах выполнения полосы препятствий, выполнять разминку, направленную на развитие гибкости.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками; эстетических чувств, доброжелатель-ности и эмоционально-нравственной отзывчивости.
30			Перекаты.Гр уппировка.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, педагогики сотрудниче-ства.	Разучивание разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов. Прохождение полосы препятствий.	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Полоса препятствий.	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты; уметь проходить	**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	Формирование установки на здоровый и безо-пасный образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и формирование

								полосу препятствий.	выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты.	личностного смысла учения.
31			**Разновидно-сти перекатов.**	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, педагогики сотрудни-чества.	Повторение разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов. Прохождение полосы препятствий.	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Полоса препятствий.	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты; уметь проходить полосу препятствий.	**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.	Формирование установки на безопасный и ЗОЖ; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелатель-ности.
32			**Разновидно-сти перекатов.**	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, педагогики сотрудни-чества.	Совершенствование разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов. Прохождение полосы препятствий.	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Полоса препятствий.	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты; уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения со сверстниками и взрослыми; формировать навыки учебного сотрудничества. **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.	Формирование установки на безопасный и зож; развитие мотивов учебной деятельности; развитие доброжелатель-ности, отзывчивости.
33			**Стойка на лопатах, согнув ноги.**	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, педагогики сотрудни-чества.	Познакомить с понятием осанки. Совершенствование разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов. Разучивание стойки на лопатках, согнув ноги. Прохождение полосы препятствий.	Осанка. Разминка на матах. Стойка на лопатках, согнув ноги. Группировка. Перекаты. Полоса препятствий.	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое осанка; уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки сотрудничества, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **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, стойку на лопатках, согнув ноги.	Формирование установки на безопасный и ЗОЖ; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие отзывчивости.
34			**Стойка на лопатах, согнув ноги.**	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, педагогики сотрудни-чества.	Закрепление понятия «осанка». Совершенствование разминки на матах, техники выполнения группировки, перекатов. Повторение стойки на лопатках, согнув ноги. Прохождение полосы препятствий.	Осанка. Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Полоса препятствий. Стойка на лопатках, согнув ноги.	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое осанка; уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки сотрудничества, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **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, стойку на лопатках, согнув ноги.	Формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие отзывчивости.

35			Стойка на лопатах, согнув ноги.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, индивиду-ально-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Совершенствование стойки на лопатках, согнув ноги. Прохождение полосы препятствий.	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Стойка на лопатках, согнув ноги. Полоса препятствий.	Знать, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** формировать навыки сотрудничества, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять разминку на сохранение правильной осанки, стойку на лопатках, согнув ноги.	Формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни; развитие мотивов учебной деятельности; развитие отзывчивости.
36			Лазанье по гимнастичес-кой стенке.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, педагогики сотрудни-чества.	Разучивание разминки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по гимнастической стенке, игры «Удочка».	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по гимнастической стенке. Игра «Удочка».	Знать, как проводится разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, правила игры «Удочка».	**Коммуникативные:** формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. **Регулятивные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формирование умения осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке.	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; формирование эстетических потребностей.
37			Лазанье по канату и гимнастиче-ской стенке.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Повторение разминки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по канату и гимнастической стенке, игры «Удочка».	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по гимнастической стенке и канату. Игра «Удочка».	Знать, что такое канат и как по нему лазать. Знать, как проводится разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке.	**Коммуникативные:** формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. **Регулятивные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формирование умения осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке и канату.	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей.
38			Лазанье по канату и гимнастиче-ской стенке.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Совершенствование разминки с гимнастическими палками. Проведение лазанья по канату и гимнастической стенке, игры «Удочка».	Разминка с гимнастическими палками. Лазанье по гимнастической стенке и канату. Игра «Удочка».	Знать, что такое канат и как по нему лазать, как проводится разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке.	**Коммуникативные:** формировать навыки сотрудничества в ходе работы. **Регулятивные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; формирование умения осуществлять действие по образцу и правилу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке и канату.	Формирование личностного смысла учения; развитие личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей.
39			Висы на переклади-	Комбини-рованный	Здоровье-сбережения,	Проведение разминки с гимнастическими палками.	Разминка с гимнастическими	Знать, что такое вис. Знать, как	**Коммуникативные**: представлять конкретное содержание и излагать его в	Развитие мотивов учебной

			не.	урок.	развивающе-го и индиви-дуально-личностного обучения.	Проведение лазанья по канату и гимнастической стенке. Разучивание различных висов на перекладине. Проведение игры «Совушка».	палками. Лазанье по гимнастической стенке и канату. Вис стоя, вис, вис лёжа, вис на согнутых руках на перекладине. Игра «Совушка».	проводится разминка с гимнастическими палками, лазанье по канату и гимнастической стенке.	устной форме. **Регулятивные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формирование умения осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке и канату, выполнять вис стоя, вис, вис лёжа, вис на согнутых руках на перекладине.	деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей; формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
40			Висы и упоры.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го и индиви-дуально-личностного обучения.	Разучивание разминки на гимнастической скамейке. Проведение лазанья и перелезания на гимнастической стенке, лазанья по канату. Повторение различных висов на перекладине. Разучивание упоров. Проведение игры «Совушка».	Разминка на гим-настической ска-мейке. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке, лазанье по канату. Висы на перекладине. Упоры на скамейке, лёжа. Игра «Совушка».	Знать, что такое вис и упор. Знать, как проводится разминка на гимнастической скамейке, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, лазанье по канату.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. **Регулятивные:** адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. **Познавательные:** уметь выполнять разминку на гимнастической скамейке , лазанье по гимнастической стенке и канату, выполнять вис стоя, вис, вис лёжа, вис на согнутых руках на перекладине, упоры на скамейке.	Формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
41			Висы и упоры.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го и индиви-дуально-личностного обучения.	Проведение разминки на скамейке, лазанья и перелезания на гимнастической стенке,лазанья по канату. Повторение висов, упоров. Проведение игры «Совушка».	Разминка на скамейке. Лазанье по канату. Висы, поднимание согнутых ног в висе. Упоры на скамейке. Игра «Совушка».	Знать, что такое вис и упор. Знать, как проводится разминка на гимнастической скамейке, лазанье по гимнастической стенке, по канату.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. **Регулятивные:** адекватно оценивать свои действия и действия партнёров.**Познавательные:** уметь выполнять разминку на гимнастической скамейке, лазанье по канату, выполнять висы, упоры.	Формирование личностного смысла учения, эстетических потребностей, установки на безопасный и ЗОЖ.
42			Равновесие.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, педагогики сотрудни-чества.	Разучивание разминки со скакалкой, прыжков со скакалкой. Разучивание упражнений, развивающих навыки равновесия. Прохождение полосы препятствий.	Разминка со скакалкой, прыжки со скакалкой. Ходьба по гимнастической скамейке. Стойка на носках и на одной ноге на полу и гимнастической скамейке. Стойка на одной и двух ногах с закрытыми глазами. Полоса	Знать, что такое равновесие, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой, как выполнять упражнения, развивающие навыки равновесия,	**Коммуникативные:** формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения в равновесии, разминку и прыжки со скакалкой.	Формирование личностного смысла учения; развитие эстетических чувств, доброжелатель-ности и эмоциональ-но-нравственной отзывчивости, сопереживания; формирование

							препятствий.	проходить полосу препятствий.		установки на безопасный и ЗОЖ.
43			Равновесие.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го и индиви-дуально-личностного обучения, педагогики сотрудни-чества.	Проведение разминки со скакалкой. Повторение прыжков со скакалкой; упражнений, развивающих навыки равновесия. Прохождение полосы препятствий.	Разминка со скакалкой, прыжки со скакалкой. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Ходьба с перешагиванием через мячи. Стойка на носках и на одной ноге на полу и скамейке. Стойка на одной и двух ногах с закрытыми глазами. Полоса препятствий.	Знать, что такое равновесие. Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой, как выполнять упражнения, развивающие навыки равновесия, проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения в равновесии, разминку и прыжки со скакалкой, проходить полосу препятствий.	Формирование личностного смысла учения; развитие эстетических чувств, доброжелательнос ти и эмоциональ-но-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
44			Равновесие.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го и индиви-дуально-личностного обучения, педагогики сотрудни-чества.	Совершенствование разминки со скакалкой. прыжков со скакалкой; упражнений, развивающих навыки равновесия. Прохождение полосы препятствий.	Разминка со скакалкой, прыжки со скакалкой. Ходьба по рейке скамейки, с перешагиванием через мячи. Стойка на носках и на одной ноге на полу и гимнастической скамейке. Стойка на одной и двух ногах с закрытыми глазами. Полоса препятствий.	Знать, что такое равновесие. Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней выполнять, как прыгать со скакалкой, как выполнять упражнения, развивающие навыки равновесия. Уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения в равновесии, разминку и прыжки со скакалкой.	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие эстетических чувств, доброжелатель-ности и отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формиро-вание установки на здоровый и безопасный образ жизни.
45			Танцеваль-ные упражнения.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го и индиви-дуально-личностного обучения, педагогики сотрудни-чества.	Разучивание разминки с обручами. шага с прискоком, приставных шагов. Совершенствование прыжков со скакалкой. Прохождение полосы препятствий.	Разминка с обручами. Шаг с прискоком, приставные шаги, прыжки со скакалкой. Полоса препятствий.	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами. выполнять шаг с прискоком, приставные шаги. Уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения с обручами, прыжки со скакалкой, шаг с прискоком, приставные шаги.	Формирование личностного смысла учения; развитие эстетических чувств, доброжелательнос ти; формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни.

46			Танцеваль-ные упражнения.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го и индиви-дуально-личностного обучения, педагогики сотрудни-чества.	Повторение разминки с обручами, шага с прискоком, приставных шагов. Совершенствование прыжков со скакалкой, Прохождение полосы препятствий.	Разминка с обручами, прыжки со скакалкой, шаг с прискоком, приставные шаги. Полоса препятствий.	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами. выполнять шаг с прискоком, приставные шаги. Уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения с обручами, прыжки со скакалкой, шаг с прискоком, приставные шаги	Формирование личностного смысла учения; развитие эстетических чувств, доброжелательнос ти; формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни.
47			Перелезание через гимнастиче-ского коня.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индиви-дуально-личностного обучения, педагогики сотрудни-чества.	Проведение разминки с обручами. Совершенствование прыжков со скакалкой. Разучивание перелезания через гимнастического коня. Прохождение полосы препятствий.	Разминка с обручами. Перелезание через гимнастического коня. Полоса препятствий.	Знать, как проводится разминка с обручами, перелезание через гимнастического коня. Уметь проходить полосу препятствий.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с обручами, прыжки со скакалкой, перелезание через гимнастического коня.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни.
48			Перелезание через гимнастиче-ского коня.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, педагогики сотрудни-чества.	Проведение разминки с обручами. Совершенствование перелезания через гимнастического коня. Проведение игры «Совушка».	Разминка с обручами. Перелезание через гимнастического коня. Игра «Совушка».	Знать, как проводится разминка с обручами, перелезание через гимнастического коня.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. **Регулятивные:** адекватно оценивать свои действия. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с обручами, прыжки со скакалкой, перелезание через гимнастического коня.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасныйи ЗОЖ.
Лыжная подготовка										
49			Техника безопасно-сти при занятиях на лыжах. Организаци-онно – методичес-кие указания.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения.	Знакомство с техникой безопасности при занятиях на лыжах, с основными требованиями к одежде и обуви во время занятий, требованиями к температурному режиму, с понятием «обморожение».	Лыжная форма, инвентарь. Температурный режим при занятиях на лыжах.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви.	**Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
50			Ступающий шаг на	Изучение нового	Здоровьесбе-реженья,	Разучивание переноски лыж, ступающего шага.	Переноска лыж; ступающий шаг.	Знать правила проведения	**Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов;	Развитие мотивов учебной

			лыжах.	материала.	развивающего обучения, коллективного выполнения задания.			занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви.	представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь видеть указанную ошибку и исправлять её. **Познавательные:** уметь переносить лыжи и передвигаться ступающим шагом.	деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
51			Ступающий шаг на лыжах.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, коллективного выполнения задания.	Повторение переноски лыж, техники ступающего шага.	Переноска лыж; ступающий шаг.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения ступающего шага.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь видеть указанную ошибку и исправлять её. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь переносить лыжи и передвигаться ступающим шагом.	Формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. Развитие навыков сотрудничества, уметь не создавать конфликты.
52			Скользящий шаг на лыжах без палок.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, коллектив-ного выполнения задания.	Повторение переноски лыж, техники ступающего шага. Разучивание скользящего шага на лыжах без палок.	Переноска лыж; ступающий шаг; скользящий шаг на лыжах без палок.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения ступающего и скользящего шага.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе. **Регулятивные:** формировать умение сохранять заданную цель; уметь видеть указанную ошибку и исправлять её. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь переносить лыжи и передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок.	Развитие мотивов учебной деятельности; формирование установки на безопасный и ЗОЖ. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, уметь не создавать конфликты.
53			Скользящий шаг на лыжах без палок.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, индивиду-ально - личностного обучения.	Повторение переноски лыж. Повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок.	Переноска лыж; ступающий шаг; скользящий шаг на лыжах без палок.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения ступающего и скользящего шага.	**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; контролировать свою деятельность по результату. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь переносить лыжи и передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок.	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелатель-ности, навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за

										свои поступки.
54			Скользящий шаг на лыжах без палок.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, индивиду-ально - личностного обучения.	Повторение переноски лыж. Повторение техники с скользящего шага на лыжах без палок.	Переноска лыж; скользящий шаг на лыжах без палок.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения ступающего и скользящего шага.	**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; контролировать свою деятельность по результату. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь переносить лыжи и передвигаться скользящим шагом без палок.	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
55			Скользящий шаг на лыжах с палками.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, индивиду-ально - личностного обучения.	Повторение техники скользящего шага на лыжах без палок. Разучивание скользящего шага с палками.	Скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения скользящего шага без палок и с палками.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь передвигаться скользящим шагом без палок и с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
56			Скользящий шаг на лыжах с палками.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, индивиду-ально - личностного обучения.	Повторение техники скользящего шага на лыжах без палок и с палками.	Скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения скользящего шага без палок и с палками.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь передвигаться скользящим шагом без палок и с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
57			Скользящий шаг на лыжах с палками.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения,	Повторение техники скользящего шага на лыжах без палок и с палками.	Скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:**	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества со

					индивиду-ально - личностного обучения.			режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения скользящего шага без палок и с палками.	уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь передвигаться скользящим шагом без палок и с палками.	сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
58			Повороты переступа-нием на лыжах на месте с палками.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, педагогики сотрудниче-ства.	Разучивание поворотов переступанием на лыжах с палками. Совершенствование техники скользящего шага на лыжах без палок и с палками.	Скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками, повороты переступанием на лыжах с палками.	Знать правила проведения занятий на лыжах, температурный режим, требования к одежде и обуви, технику выполнения скользящего шага без палок и с палками, а также поворотов переступанием на лыжах с палками.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь передвигаться скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
59			Подъём и спуск под уклон на лыжах без палок.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, педагогики сотрудниче-ства.	Совершенствование техники скользящего шага на лыжах без палок и с палками. Разучивание техники спуска со склона в основной стойке на лыжах без палок, подъёма на склон «полуёлочкой».	Скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками, спуск со склона в основной стойке без палок; подъём на склон «полуёлочкой».	Знать правила проведения занятий на лыжах, технику выполнения подъёма на склон «полуёлочкой», а также знать технику спуска со склона в основной стойке без палок.	**Коммуникативные:** 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 скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основной стойке и подъём на него «полуёлочкой» на лыжах без палок.	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
60			Подъём и спуск под уклон на лыжах с палками.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, индиидуаль-но -	Совершенствование техники скользящего шага на лыжах без палок и с палками, техники спуска со склона в основной стойке на лыжах с палками, подъёма на склон	Скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками, спуск со склона в основной стойке без палок;	Знать правила проведения занятий на лыжах, технику выполнения подъёма на склон	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества, умение не создавать

					личностного обучения.	«полуёлочкой».	подъём на склон «полуёлочкой».	«полуёлочкой», а также знать технику спуска со склона в основной стойке с палками.	передвигаться скользящим шагом без палок и с палками.	конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
61			Подъём и спуск под уклон на лыжах с палками.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения, индивиду-ально - личностного обучения.	Повторение техники скользящего шага на лыжах без палок и с палками, техники спуска со склона в основной стойке на лыжах с палками, подъёма на склон «полуёлочкой».	Скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками, спуск со склона в основной стойке без палок; подъём на склон «полуёлочкой».	Знать правила проведения занятий на лыжах, технику выполнения подъёма на склон «полуёлочкой», а также знать технику спуска со склона в основной стойке с палками.	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь правильно подобрать одежду и инвентарь для занятий на лыжах; уметь передвигаться скользящим шагом без палок и с палками.	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
62			Прохожде-ние дистанции 1 км на лыжах.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения.	Совершенствование техники скользящего шага с лыжными палками. Проверка выносливости при прохождении дистанции 1 км.	Скользящий лыжный шаг с палками. Прохождение дистанции 1 км на лыжах.	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км на лыжах.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. **Познавательные:** уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км.	Развитие мотивов учебной деятельности, навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
63			Прохожде-ние дистанции 1 км на лыжах.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего обучения.	Совершенствование техники скользящего шага с лыжными палками. Проверка выносливости при прохождении дистанции 1км.	Скользящий лыжный шаг с палками. Прохождение дистанции 1 км на лыжах.	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км на лыжах.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. **Познавательные:** уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км.	Формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств; развитие навыков сотрудни-чества, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций.
64			Прохожде-ние дистанции 1 км на лыжах.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбереженья, развиваю-щего	Совершенствование техники скользящего шага с лыжными палками. Проверка выносливости	Скользящий шаг на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на	Узнать возможности своего организма с помощью	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е.	Формирование личностного смысла учения; развитие этических

					обучения.	при прохождении дистанции 1 км.	лыжах.	прохождения дистанции 1 км на лыжах.	операционный опыт. **Познавательные:** уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км.	чувств; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций.
65			Прохождение дистанции до 1,5 км на лыжах.	Комбинированный урок.	Здоровьесбереженья, развивающего обучения.	Совершенствование техники скользящего шага с лыжными палками. Проверка выносливости при прохождении дистанции до 1,5 км.	Скользящий шаг на лыжах с палками. Прохождение дистанции до 1,5 км на лыжах.	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции до 1,5 км на лыжах.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. **Познавательные:** уметь распределить силы при прохождении на лыжах дистанции до 1,5 км.	Формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций.
66			Прохождение дистанции до 1,5 км на лыжах.	Комбинированный урок.	Здоровьесбереженья, развивающего обучения.	Проверка выносливости при прохождении дистанции до 1,5 км.	Прохождение дистанции до 1,5 км на лыжах.	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции до 1,5 км на лыжах.	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т.е. операционный опыт. **Познавательные:** уметь распределить силы при прохождении на лыжах дистанции до 1,5 км.	Формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций.
Подвижные игры										
67			Броски и ловля мяча в парах.	Изучение нового материала.	Здоровьесбереженья, развивающего обучения, педагогики сотрудничества.	Разучивание разминки с мячом, различных вариантов бросков и ловли мяча, проведение подвижной игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнёра; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.
68			Броски и ловля мяча в парах.	Репродуктивный урок.	Здоровьесбереженья, развиваю-	Проведение разминки с мячом. Повторение различных вариантов	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными	Знать, что такое броски и ловля мяча, как	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка	Развитие эмоционально-нравственной

					щего обучения, педагогики сотрудниче-ства.	бросков и ловли мяча, проведение подвижной игры «Охотники и утки».	способами. Подвижная игра «Охотники и утки».	проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки».	действий, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; адекватно оценивать свои действия и действия партнёра. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	отзывчивости; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.
69			Ведение мяча.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индивиду-ально - личностного обучения.	Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой. Проведение игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, что такое ведения мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** уметь видеть указанную ошибку и уметь исправлять её по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч различными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.
70			Ведение мяча.	Репродук-тивный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индивиду-ально - личностного обучения.	Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой. Проведение игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, что такое ведения мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** уметь видеть указанную ошибку и уметь исправлять её по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч различными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.
71			Ведение мяча в движении.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индивиду-ально - личностного обучения.	Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты.	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	**Коммуникативные:** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** уметь видеть указанную ошибку и уметь исправлять её по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, вести	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать

									мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах.	конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.
72			Ведение мяча в движении.	Репродуктив-ныйурок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего и индивиду-ально - личностного обучения.	Проведение разминки с мячом. Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты.	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	**Коммуникативные:** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** уметь видеть указанную ошибку и уметь исправлять её по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах.	Развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.
73			Эстафеты с мячом.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки с мячом, техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет с мячом.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом.	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах.	Развитие эмоцио-нально-нравствен-ной отзывчивости, навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.
74			Эстафеты с мячом.	Комбини-рованный урок.	Здоровьесбе-режения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки с мячом, техники ведения мяча правой и левой рукой в движении. Проведение эстафет с мячом.	Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом.	Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах.	Развитие эмоцио-нально-нравствен-ной отзывчивости, навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.

75			Подвижная игра «Метко в цель».	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества.	Разучивание разминки с малыми мячами, техники броска набивного мяча снизу и от груди, правил подвижной игры «Метко в цель».	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча снизу и от груди. Подвижная игра «Метко в цель».	Знать, как выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру « Метко в цель».	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. **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 «Метко в цель».	Развитие эмоцио-нально-нравствен-ной отзывчивости, навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие ответственности за свои поступки.

76			Техника безопаснос-ти при занятиях подвижными играми.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, информаци-онно – коммуника-ционные, педагогики сотрудни-чества.	Повторение техники безопасности при занятиях подвижными играми. Проведение разминки со скакалкой, прыжков со скакалкой, игры «Охотники и утки».	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Разминка и прыжки со скакалкой. Игра «Охотники и утки».	Знать технику безопасности при занятиях подвижными играми, как выполняются разминка и прыжки со скакалкой, правила проведения игры «Охотники и утки».	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** объяснять технику безопасности при проведении занятий и для чего необходимо её соблюдать, уметь выполнять разминку и прыжки со скакалкой, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие мотивов учебной деятель-ности; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты. Формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
77			Эстафеты с мячом.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки и прыжков со скакалкой, повторение техники броска набивного мяча снизу и от груди. Проведение эстафет с мячом.	Разминка и прыжки со скакалкой. Броски набивного мяча снизу и от груди. Эстафеты с мячом.	Знать, как выполняются разминка и прыжки со скакалкой, броски набивного мяча снизу и от груди, правила проведения эстафет.	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** уметь сохранять заданную цель; осознавать самого себя как движущую силу своего научения. **Познавательные:** уметь выполнять разминку и прыжки со скакалкой, броски набивного мяча снизу и от груди, участвовать в эстафетах.	Развитие мотивов учебной деятель-ности; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты. Формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
78			Эстафеты с мячом.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки и прыжков со скакалкой, повторение техники броска набивного мяча снизу и от груди. Проведение эстафет с мячом.	Разминка и прыжки со скакалкой. Броски набивного мяча снизу и от груди. Эстафеты с мячом.	Знать, как выполняются разминка и прыжки со скакалкой, броски набивного мяча снизу и от груди,	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** уметь сохранять заданную цель; осознавать самого себя как движущую силу своего научения. **Познавательные:** уметь выполнять разминку и прыжки со скакалкой, броски набивного мяча снизу и от груди, участвовать в	Развитие мотивов учебной деятель-ности; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты.

								правила проведения эстафет.	эстафетах.	Формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
79			Эстафеты с мячом.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки и прыжков со скакалкой, повторение техники броска набивного мяча снизу и от груди. Проведение эстафет с мячом.	Разминка и прыжки со скакалкой. Броски набивного мяча снизу и от груди. Эстафеты с мячом.	Знать, как выполняются разминка и прыжки со скакалкой, броски набивного мяча снизу и от груди, правила проведения эстафет.	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** уметь сохранять заданную цель; осознавать самого себя как движущую силу своего научения. **Познавательные:** уметь выполнять разминку и прыжки со скакалкой, броски набивного мяча снизу и от груди, участвовать в эстафетах.	Развитие мотивов учебной деятель-ности; развитие навыков сотрудничества, умение не создавать конфликты. Формирование установки на безопасный и ЗОЖ.
80			Броски мяча через волейболь-ную сетку.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости. Броски мяча через волейбольную сетку. Разучивание подвижной игры «Забросай противника мячами».	Разминка, направленная на развитие гибкости. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	Знать, как выполняется разминка, направленная на развитие гибкости, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами».	**Коммуникативные:** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами».	Развитие этических чувств, доброже-лательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответст-венности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социаль-ной справедли-вости и свободе.
81			Броски мяча через волейболь-ную сетку.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости. Броски мяча через волейбольную сетку. Проведение подвижной игры «Забросай противника мячами».	Разминка, направленная на развитие гибкости. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	Знать, как выполняется разминка, направленная на развитие гибкости, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами».	**Коммуникативные:** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами».	Развитие этических чувств, доброже-лательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
82			Броски мяча	Комбинир	Здоровье-	Проведение разминки,	Разминка,	Знать, как	**Коммуникативные:** формировать умение	Развитие этических

			через волейболь-ную сетку.	о-ванный урок.	сбережения, развиваю-щего обучения, самоанализа и коррекции действий.	направленной на развитие гибкости. Броски мяча через волейбольную сетку. Проведение подвижной игры «Забросай противника мячами».	направленная на развитие гибкости. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами».	выполняется разминка, направленная на развитие гибкости, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами».	сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать). **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами».	чувств, доброже-лательности и змоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
83			Тестирова-ние наклона вперёд из положения сидя.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развития исследова-тельских навыков, информаци-онно ком-муникаци-онные.	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости. Проведение тестирования наклона вперёд из положения сидя Разучивание правил подвижной игры «Собачки».	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперёд из положения сидя. Подвижная игра «Собачки».	Знать, как выполняется разминка, направленная на развитие гибкости, как проводится тестирование наклона вперёд из положения сидя, уметь 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, тестирование наклона из положения сидя; играть в подвижную игру «Собачки».	Развитие мотивов учебной деятельности, змоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
84			Тестирова-ние подтягива-ния и виса.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развития исследова-тельских навыков, информаци-онно ком-муникаци-онные.	Разучивание разминки с мячом. Проведение тестирования подтягивания из виса (мальчики), виса на перекладине (девочки), подвижной игры «Собачки».	Разминка с мячом. Тестирование подтягивания из виса (мальчики), виса на перекладине (девочки). Подвижная игра «Собачки».	Знать, как выполняется разминка с мячом, как проводится тестирование подтягивания и виса на перекладине, уметь 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 с мячом, тестирование подтягивания из виса (мальчики), виса на перекладине (девочки); играть в подвижную игру «Собачки».	Развитие мотивов учебной деятельности, доброже-лательности, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
85			Тестирова-ние поднимания туловища.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развития исследова-тельских навыков, информаци-	Проведение разминки с мячом, тестирования поднимания туловища за 30 секунд из положения лёжа на спине. Повторение правил подвижной игры	Разминка с мячом. Тестирование поднимания туловища за 30 секунд из положения лёжа на спине.	Знать, как выполняется разминка с мячом, как проводится тестирование поднимания	**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	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие

					онно ком-муникаци-онные.	«Собачки».	Подвижная игра «Собачки».	туловища за 30 секунд из положения лёжа на спине, уметь играть в подвижную игру «Собачки».	осуществлять итоговый контроль. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, тестирование поднимания туловища за 30 секунд из положения лёжа на спине; играть в подвижную игру «Собачки».	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
Лёгкая атлетика.										
86			Метание малого мяча в цель.	Изучение нового материала.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения.	Проведение разминки с мячом. Разучивание техники метания малого мяча в цель. Проведение игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Техника метания малого мяча в цель. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, как проводится разминка с мячом, как выполняется метание в цель, уметь играть в подвижную игру «Охотники и утки».	**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 с мячом, метание малого мяча в цель; играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
87			Метание малого мяча в цель.	Комбинир о-ванный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, развития навыков обобщения и системати-зации знаний, самокоррек-ции резуль-татов.	Проведение разминки с мячом. Повторение техники метания малого мяча в цель. Проведение игры «Охотники и утки».	Разминка с мячом. Техника метания малого мяча в цель. Подвижная игра «Охотники и утки».	Знать, как проводится разминка с мячом, как выполняется метание в цель, уметь играть в подвижную игру «Охотники и утки».	**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 с мячом, метание малого мяча в цель; играть в подвижную игру «Охотники и утки».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
88			Тестирова-ние метания малого мяча на точность.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развития исследова-тельских навыков, информаци-онно ком-муникаци-онные.	Проведение разминки с мячом. Повторение техники метания малого мяча в цель. Проведение игры «Волк во рву».	Разминка с мячом. Техника метания малого мяча в цель. Подвижная игра «Волк во рву».	Знать, как проводится разминка с мячом, как выполняется метание в цель, уметь играть в подвижную игру «Волк во рву».	**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 с мячом, метание малого мяча в цель; играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
89			Прыжковые упражнения.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-	Проведение разминки в движении. Выполнение прыжковых упражнений.	Разминка в движении, прыжковые	Знать, как проводится разминка в	**Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения;	Развитие мотивов учебной деятельности,

					го обучения.	Проведение игры «Волк во рву».	упражнения. Подвижная игра «Волк во рву».	движении, как выполняются прыжковые упражнения, уметь играть в подвижную игру «Волк во рву».	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, прыжковые упражнения; играть в подвижную игру «Волк во рву».	этических чувств, доброжелательности и сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответственности за свои поступки.
90			Тестирование прыжка в длину с места.	Контрольный урок.	Здоровьесбережения, развивающего обучения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самокоррекции результатов.	Проведение разминки в движении. Тестирование прыжка в длину с места. Проведение подвижной игры «Вороны и воробьи».	Разминка в движении. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Вороны и воробьи».	Знать, как проводится разминка в движении, как проводится тестирование прыжков в длину с места, уметь играть в подвижную игру «Вороны и воробьи».	**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, прыжковые упражнения; играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответственности за свои поступки.
91			Беговые упражнения.	Комбинированный урок.	Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки в движении, проведение различных беговых упражнений, подвижной игры «Третий лишний».	Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Третий лишний».	Знать, как проводится разминка в движении, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Третий лишний».	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями. **Регулятивные:** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять её по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру. **Познавательные:** уметь выполнять беговые упражнения и разминку, играть в подвижную игру «Третий лишний».	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости.
92			Челночный бег 3 ×10 м	Комбинирро-ванный урок.	Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки в движении. Повторение беговых упражнений. Проведение челночного бега 3 ×10 м Проведение подвижной игры «Третий лишний».	Разминка в движении. Беговые упражнения. Челночный бег 3 ×10 м Подвижная игра «Третий лишний».	Знать, как проводится разминка в движении, какие бывают беговые упражнения. Уметь выполнять челночный бег 3×10 м, играть в подвижную игру «Третий лишний».	**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 беговые упражнения и разминку в движении, челночный бег 3×10м, играть в подвижную игру «Третий лишний».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответственности за свои поступки.
93			Тестирование	Контрольный урок.	Здоровьесбережения,	Проведение разминки в виде подвижной игры	Разминка в виде подвижной игры	Знать, как проводится	**Коммуникативные:** сохранять доброжелательное отношение друг к другу;	Развитие мотивов учебной

			челночного бега 3 ×10 м		развития исследова-тельских навыков, информаци-онно ком-муникаци-онные.	«Салки». Повторение беговых упражнений. Тестирование челночного бега 3 ×10 м Проведение подвижной игры «Третий лишний».	«Салки». Беговые упражнения. Челночный бег 3 ×10 м Подвижная игра «Третий лишний».	разминка в виде подвижной игры «Салки», какие бывают беговые упражнения. Уметь выполнять челночный бег 3×10 м, играть в подвижную игру «Третий лишний».	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 беговые упражнения и разминку в виде игры «Салки», челночный бег 3×10м, играть в подвижную игру «Третий лишний».	деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
94			Тестирова-ние бега на 30 м с высокого старта.	Контроль-ный урок.	Здоровье-сбережения, развития исследова-тельских навыков, информаци-онно ком-муникаци-онные.	Проведении разминки в виде подвижной игры «Салки». Повторение беговых упражнений. Проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта. Проведение игры «Совушка».	Разминка в виде подвижной игры «Салки». Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Совушка».	Знать, как проводится разминка в виде подвижной игры «Салки», какие бывают беговые упражнения. Уметь выполнять бег на 30 м, играть в подвижную игру «Совушка».	**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 беговые упражнения и разминку в виде игры «Салки», бег на 30 м, играть в подвижную игру «Совушка».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответственности за свои поступки.
95			Кросс-поход на 500 м .	Комбинир о-ванный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Проведение кросса-похода на 500 м, подвижной игры «Совушка».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Кросс-поход 500 м. Подвижная игра «Совушка».	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, как производится кросс-поход. Уметь играть в подвижную игру «Совушка».	**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 координации движений, совершать кросс-поход на 500 м, играть в подвижную игру «Совушка».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответственности за свои поступки.
96			Метание малого мяча на дальность.	Комбини-рованный урок.	Здоровье-сбережения, развивающе-го обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, метания малого мяча на дальность. Проведение кросса-похода на 500 м, подвижной игры «Совушка».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Метание малого мяча на дальность. Кросс-поход на 500 м. Подвижная игра	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, как производится кросс-поход.	**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. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других

							«Совушка».	Уметь метать малый мяч на дальность, играть в подвижную игру «Совушка».	движений, совершать кросс-поход на 500 м, играть в игру «Совушка».	людей; развитие личной ответственности за свои поступки.
97			Тестирование метания малого мяча на дальность.	Контрольный урок.	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно коммуникационные.	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений. Тестирование метания малого мяча на дальность. Проведение кросса-похода на 500 м, подвижной игры «Совушка».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания малого мяча на дальность. Кросс-поход на 500 м. Подвижная игра «Совушка».	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений, как производится кросс-поход. Уметь метать малый мяч на дальность, играть в подвижную игру «Совушка».	**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. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, совершать кросс-поход на 500 м, играть в игру «Совушка».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответственности за свои поступки.
98			Тестирование бега на 500 м.	Контрольный урок.	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно коммуникационные.	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование бега на 500 м, подвижной игры «Совушка».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование бега на 500 м. Подвижная игра «Совушка».	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации, в каком темпе необходимо бежать длинную дистанцию	**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. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, совершать бег на 500 м	Развитие мотивов учебной деятельности, эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие личной ответственности за свои поступки.
99			Эстафеты с бегом, прыжками, метанием.	Комбинированный урок.	Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий.	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, эстафет с бегом, прыжками, метанием, подвижной игры «Совушка».	Разминка, направленная на развитие координации движений. Эстафеты с бегом, прыжками, метанием. Подвижная игра «Совушка».	Знать, как проводится разминка, направленная на развитие координации движений. Уметь играть в подвижную игру «Совушка». Соблюдать правила эстафет.	**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. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в игру «Совушка».	Развитие мотивов учебной деятельности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие личной ответственности за свои поступки.