**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**«Заводопетровская средняя общеобразовательная школа»**

**627045, Тюменская область, Ялуторовский район, с. Заводопетровское, ул. Ленина, 1**

**тел/факс: 96-493, zavodopetrovsk@yandex.ru**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрена:**  Заместитель директора по УВР: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Алиева Н.М.  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 г | **Принята**  **на педагогическом совете**  Протокол №\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 г  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | **Утверждена:**  Приказом от \_\_ \_\_ 2015 г №  Директор : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Просвиркина В.А. |

**РАБОЧАЯ**

**ПРОГРАММА**

**по физической культуре**

**для 3 класса**

**Составитель:** учитель физкультуры

Юдин Александр Павлович

**2015 – 2016 учебный год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа учебного курса по физической культуре для 3 класса разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями от 26 ноября 2010 года, 22 сентября 2011 года, 18 декабря 2012 года, 29 декабря 2014 года. 18 мая 2015 года;
2. Приказ Минобразования России от 05.03.2004 N 1089 (ред. от 31.01.2012)  
   "Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования"
3. Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2012.
4. В.И. Лях. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. 2-е издание. М.: «Просвещение», 2012 г.

Изучение физической культуры на ступени начального общего образования направлено на достижение следующих **целей:**

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и всесторонней физической подготовленности учащихся;

- развитие жизненно важных двигательных умений и навыков, формирование опыта двигательной деятельности;

- овладение общеразвивающими и корригирующими физическими упражнениями, умением их использовать в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга;

- воспитание познавательной активности, интереса и инициативы на занятиях физическими упражнениями, культуры общения в учебной и игровой деятельности.

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ МИНИМУМ СОДЕРЖАНИЯ**

**ОСНОВНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ**

Укрепление здоровья и личная гигиена.

Оздоровительные (гигиенические и закаливающие) процедуры (комплексы). Утренняя гимнастика и физкультпаузы. Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Способы формирования правильной осанки, рационального дыхания при выполнении физических упражнений.

Измерение индивидуальных показателей: физического развития (длины и массы тела), физической подготовленности (гибкости, силы, быстроты). Определение частоты дыхания и сердечных сокращений в процессе занятия физическими упражнениями.

Правила и нормы поведения на уроках физической культуры, способы взаимодействия во время подвижных игр и состязаний.

Способы двигательной деятельности с учетом медицинских показаний.

Разнообразные способы ходьбы, бега, прыжков метания, лазания, ползания, перелезания, использование их в различных условиях, преодоление естественных и искусственных препятствий.

Индивидуальные и групповые упражнения с мячом: футбол (мини-футбол) – удары по мячу ногой, остановка мяча ногой, отбор мяча; баскетбол (мини-баскетбол) – ведение мяча на месте, ведение мяча в движении шагом, передачи мяча.

Простейшие упражнения на гимнастических снарядах: висы, упоры, наскоки и соскоки.

Стилизованные (образные) способы передвижения. Опорные прыжки. Прыжки через гимнастическую скакалку (в различных вариантах).

Связь с учебным предметом «Музыкальное искусство».

Простейшие акробатические упражнения: стойки, подскоки, перекаты, равновесия, упоры, повороты и перевороты, кувырки. Простейшие способы передвижения на лыжах.

С учетом возможностей и климатических условий региона.

Физические упражнения с предметами и без предметов для развития основных физических качеств (ловкости, быстроты, координации, гибкости, силы, выносливости). Сюжетно-ролевые подвижные игры и эстафеты (в том числе с элементами спортивных игр). Командные (игровые) виды спорта: футбол (мини-футбол), баскетбол (мини-баскетбол). Тактические действия в защите и нападении. Учебно-тренировочные игры.

**ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ**

**ОКАНЧИВАЮЩИХ НАЧАЛЬНУЮ ШКОЛУ**

В результате изучения физической культуры ученик должен:

*Знать/понимать:*

* Роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека;
* Правила и последовательность выполнения упражнений утренней гимнастики, физкультпауз (физкультминуток), простейших комплексов для развития качеств и формирования правильной осанки;
* Правила поведения на занятиях физической культуры;

*Уметь:*

* Передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
* Выполнять простейшие акробатические и гимнастические упражнения;
* Выполнять комплексы утренней зарядки и дыхательной гимнастики, упражнения для профилактики нарушений зрения и формирования правильной осанки;
* Осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; выполнять специальные упражнения, направленные на закрепление элементов техники футбола (мини-футбола), баскетбола (мини-баскетбола);
* Выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);
* Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
* Выполнения ежедневной утренней гимнастики, корригирующих упражнений и закаливающих процедур;
* Преодоления безопасными способами естественных и искусственных препятствий;
* Соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной двигательной деятельности;
* Наблюдения за собственным физическим развитием и физической подготовленностью;
* Самостоятельной организации активного отдыха и досуга.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

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

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

**МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В учебном плане на предмет физической культуры **в 3 классе выделяется 3 учебных часа в неделю, 102 часа в год.**

**ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ**

**УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

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

**ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ**

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального го­сударственного образовательного стандарта (приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 3 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

***Результаты освоения курса 3 класса***

**Личностные результаты:**

* формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
* формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
* развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты** включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

* овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
* формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
* определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
* готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
* овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
* взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

* по разделу ***«Знания о физической культуре»*** — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыж­ной подготовки), вести дневник самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяснять, что такое пас и его значение для спортивных игр с мячом, что такое осанка и методы сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;
* по разделу «Гимнастика с элементами акробатики» — выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраиваться в одну, две и три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами и кружочками, с массажными мячами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения, стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища, из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запоминать временные отрезки, выполнять перекаты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, проходить станции круговой тренировки, лазать и перелезать по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, висеть завесой одной и двумя ногами на перекладине, прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку, прыгать в скакалку в тройках, выполнять упражнения на гимнастическом бревне, на гимнастических кольцах (вис, согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед), лазать по наклонной гимнастической скамейке, выполнять вращение обруча;
* по разделу «Легкая атлетика» — технике высокого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3х10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, прыгать в высоту спиной вперед, прыгать на мячах-хопах, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, проходить полосу препятствий;
* по разделу «Лыжная подготовка» — передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, переносить лыжи под рукой и на плече, проходить на лыжах дистанцию 1,5 км, подниматься на склон «полу-елочкой», «елочкой», «лесенкой», спускаться со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой»;
* по разделу «Подвижные и спортивные игры» — давать пас ногами и руками, выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки — дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хопах», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (мини-футбол, баскетбол).

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Вид программного материала** | **Количество часов (уроков)** |
| 1 | Знания о физической культуре | 4 |
| 2 | Легкая атлетика | 25 |
| 3 | Гимнастика с основами акробатики | 28 |
| 4 | Подвижные игры, элементы спортивных игр | 33 |
| 5 | Лыжные гонки | 12 |
|  | итого | 102 |

**ГОДОВОЙ ПЛАН-ГРАФИК**

**РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Вид программного материала | I  четверть | II  четверть | III  четверть | IV  четверть |
| 1 | Знания о физической культуре | 2 | 1 |  | 1 |
| 2 | Легкая атлетика | 10 |  | 6 | 9 |
| 3 | Гимнастика с элементами акробатики | 4 | 20 |  | 4 |
| 4 | Лыжная подготовка |  |  | 12 |  |
| 5. | Подвижные игры, элементы спортивных игр | 7 | 3 | 13 | 10 |
|  | Итого | 23 | 24 | 31 | 24 |
|  |  |  |  |  |  |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**3 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема**  **урока** | **По плану** | **Фак. дата** | **Виды деятельности (элементы содержания, контроль)** | **Планируемые результаты** | | | | | **Примечание** | |
| **Предметные** | **Личностные** | | **Метапредметные** | |
| **I четверть (23 часа)** | | | | | | | | | | | |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | |
| 1. | Органи- зационно-мето- дические требования на уроках физиче­ской куль­туры | 02.09 |  | Организационно-методические требования, применяемые на занятиях  физкультурой;  подвижные игры «Ловишка», «Колдунчики». | Знать организационно-методические требования, применяемые на занятиях  физкультурой; подвижные игры «Ловишка», «Колдунчики» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, работать в группе; устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** определять новый уровень отношения у самому себе как субъекту деятельности; поиск и выделение необходимой информации.  ***П:*** выполнять строевые упражнения, играть в п/игры «Ловишка», «Колдунчики» | |  | |
| **Лёгкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 2. | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | 03.09 |  | Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки», «Салки – дай руку» | Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта. Подвижные игры «Салки», «Салки – дай руку». | Развитие эстетических чувств, доброжелате-льности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. | | ***К:*** : с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, поиск и выделение необходимой информации.  ***П:*** проходить тестирование бега 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки», «Салки – дай руку». | |  | |
| 3. | Техника челночного бега. | 07.09 |  | Разминка в движении, техника челночного бега. Подвижные игры «Прерванные пятнашки», «Колдунчики». | Знать технику выпол­нения челноч­ного бега, играть в п/игры «Прерванные пятнашки», «Колдунчики» . | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли. Развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К***: формировать на­выки содействия в достижении цели со сверстниками; работать в группе.  ***Р:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя, сохранять заданную цель.  ***П:*** технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки», «Колдунчики» . | |  | |
| 4. | Тестирование челночного бега 3х10 м. | 09.09 |  | Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3х10 м. с высокого старта. Подвижная игра «Собачки ногами». | Знать технику выполнения тестирова­ния челночного бега, играть в п/игру «Собачки ногами». | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** определять новый уровень отношения у самому себе как субъекту деятельности; адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.  ***П***: проходить тестирование челночного бега, играть в подвижную игру «Собачки ногами». | |  | |
| 5. | Способы метания мешочка (мяча) на даль­ность | 10.09 |  | Беговая разминка с мячами, способы метания малого мяча на дальность. Подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее». | Знать, какие способы метания малого мяча на дальность существуют. Правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее». | Развитие мотивов учеб-ной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** работать в группе; устанавливать рабочие от­ношения.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.  ***П:*** выполнять метание мяча на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее». | |  | |
| 6. | Тести­рование метания мешочка на даль­ность | 14.09 |  | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование метание мяча. Подвижная игра «Собачки ногами». | Знать правила тестирования метания малого мяча на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами». | Развитие мотивов учеб-ной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношении.  ***Р:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  ***П:*** уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правилах подвижной игры «Собачки ногами». | |  | |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | |
| 7. | Пас и его значение для спортивных игр с мячом | 16.09 |  | Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Мини-футбол». | Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Мини-футбол». | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;  умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | ***К***: слушать и слышать друг друга, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров.  ***П:*** выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Мини-футбол». | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 8 | Спортивная игра «Мини-футбол» | 17.09 |  | Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Мини-футбол» | Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Мини-футбол». | | Формирование чувства гордости за свою Родину, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К***: слушать и слышать друг друга, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров.  ***П:*** выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Мини-футбол». | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 9 | Прыжок в длину с разбега | 21.09 |  | Разминка на месте, техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра «Мини-футбол» | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега; правила спортивной игры «Мини-футбол» | | Развитие мотивов учебной деятельности на формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров.  ***П:*** прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Мини-футбол» | |  |
| 10 | Прыжки в длину с разбега на результат | 23.09 |  | Разминка в движении, техника прыжка в длину с разбега на результат. Подвижная игра «Собачки ногами» | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат; правила подвижной игры «Собачки ногами» | | Развитие мотивов учебной деятельности на формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности, сопереживание чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях | | ***К:*** добывать необходимую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя, сохранять заданную цель.  ***П:*** рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в п/игру «Собачки ногами» | |  |
| 11 | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега. | 24.09 |  | Разминка в движении по кругу, контрольные прыжки в длину с разбега. Спортивная игра «Мини-футбол» | Выполнять технику прыжка в длину с разбега на результат; знать правила спортивной игры «Мини-футбол» | | Развитие этических чувств, доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками. | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Мини-футбол» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 12 | Контрольный урок по спортивной игре «Мини-футбол» | 28.09 |  | Разминка в движении по кругу. Правила спортивной игры «Футбол», броски мяча из-за боковой, контрольная игра в «Мини-футбол» | Знать, как проходит контрольный урок в мини-футбол, как выполнять бросок из-за боковой. | | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. | | ***К :*** организовывать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  ***П:*** играть в спортивную игру «Мини-футбол» по всем правилам | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 13 | Тестирование метания малого мяча на точность | 30.09 |  | Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. П/игра «Вышибалы» | Выполнять разминку с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, понимать правила п/игра «Вышибалы» | | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  ***П:*** проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в п/игру «Вышибалы» | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | |
| 14 | Тестирование наклонов вперед из положения стоя | 01.10 |  | Разминка, направления на развитие гибкости. Тестирование наклонов вперед из положения стоя. П/ игр «Белые медведи». | Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила п/игры «Белые медведи». | | Развитие мотивов учебной деятельности на формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель.  ***П:*** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в п/игру игр «Белые медведи». | |  |
| 15 | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. | 05.10 |  | Разминка, направления на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. П/ игра «Белые медведи». | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила п/игры «Белые медведи». | | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  ***П:*** проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в п/игру «Белые медведи». | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 16 | Тестирование прыжка в длину с места | 07.10 |  | Прыжковая разминка.  Тестирование прыжка в длину с места. П/ игра «Волк во рву» | Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила п/ игры «Волк во рву» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  ***П:*** проходить тестирование прыжка в длину с места, правила играть в п/игру «Волк во рву» | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | |
| 17 | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. | 08.10 |  | Разминка, направления на развитие координации движений. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. П/ игра «Волк во рву» | Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила п/ игры «Волк во рву» | | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  ***П:*** проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в п/игру «Волк во рву» | |  |
| 18 | Тестирование виса на время | 12.10 |  | Разминка с гимнастическими палками. Тестирование виса на время. п/игра «Ловля обезьян с мячом» | Знать, как проходить тестирование виса на время, правила п/игры «Ловля обезьян с мячом» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  ***П:*** проходить тестирование виса на время, играть в п/игру «Ловля обезьян с мячом» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 19 | Подвижная игра «Перестрелка» | 14.10 |  | Разминка с мячами. Броски и ловля мяча, п/игра «Перестрелка» | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила п/игры «Перестрелка» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя, сохранять заданную цель.  ***П:*** уметь бросать и ловить мяч, играть в п/игру «Перестрелка» | |  |
| 20 | Футбольные упражнения | 15.10 |  | Разминка с мячами, футбольные упражнения. П/игра «Перестрелка» | Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила п/игр «Перестрелка» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять футбольные упражнения. Играть в п/игру «Перестрелка» | |  |
| 21 | Футбольные упражнения в парах. | 19.10 |  | Разминка с мячами в парах. Футбольные упражнения с мячами в парах. П/игра «Пустое место» | Знать, как выполнять футбольные упражнения с мячами в парах и правила п/ игры  «Пустое место» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях. | | ***К:*** управлять поведением партнера, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.  ***П:*** выполнять футбольные упражнения в парах, играть в игру «Пустое место» | |  |
| 22 | Различные варианты футбольных упражнений в парах | 21.10 |  | Разминка с мячами в парах. Футбольные упражнения с мячами в парах. П/игра «Пустое место» | Знать, как выполнять футбольные упражнения с мячами в парах и правила п/ игры  «Пустое место» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях | | ***К:*** управлять поведением партнера, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.  ***П:*** выполнять футбольные упражнения в парах, играть в игру «Пустое место» | |  |
| 23 | Подвижная игра «Осада города» | 22.10 |  | Разминка с мячами в парах, техника бросков и ловли мяча в парах. П/игра «Осада города» | Знать, как выполняются ловля и броски мяча в парах , правила п/игры «Осада города» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  ***П:*** выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в п/игру «Осада города» | |  |
| **II четверть (24 часа)** | | | | | | | | | | | |
| 24 | Броски и ловля мяча в парах | 05.11 |  | Разминка с мячами в парах, упражнения с двумя мячами, п/игра «Осада города» | Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила п/игры «Осада города» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  ***П:*** выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в п/игру «Осада города» | |  |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | |
| 25 | Закаливание. | 09.11 |  | Закаливание, разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах,, п/игра «Подвижная цель». | Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила п/игры «Подвижная цель». | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки из спорных ситуаций. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** определять новый уровень отношения у самому себе как субъекту деятельности; адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.  ***П:*** уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в п/игру «Подвижная цель». | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 26 | Ведение мяча | 11.11 |  | Закаливание, разминка с мячами. Техника ведения мяча. П/игра «Подвижная цель» | Знать правила закаливания, выполнять технику ведения мяча и правила п/игры «Подвижная цель» | | Развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, формировать навыки речевого отображения содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки  ***Р:*** сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.  ***П:*** уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в п/игру «Подвижная цель» | |  |
| 27 | Подвижные игры | 12.11 |  | Разминка с мячами в движении, упражнения с мячом 2 – 3 п/игры. Подведение итогов четверти. | Знать, как выбирать подвижные игры, знать правила выбранных п/игр, как подводят итоги четверти. | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, , осуществлять итоговый и пошаговый контроль.  ***П:*** уметь играть в п/игры и подводить итоги четверти. | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | |
| 28 | ПБ на уроках гимнастики с элементами акробатики. Кувырок вперед. | 16.11 |  | Разминка на матах, техника кувырка вперед. П/игра «Удочка» | Знать технику выполнения кувырка вперед, правила п/игры «Удочка» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | | ***К:*** сотрудничать в ходе групповой работы.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***П:*** выполнять кувырки вперед, играть в п/игру «Удочка» | |  |
| 29 | Кувырок вперед с разбега и через препятствие. | 18.11 |  | Разминка на матах, техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие. | Знать технику выполнения кувырка вперед с разбега и через препятствие. | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из них, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование эстетических потребностей | | ***К:*** сотрудничать в ходе групповой работы.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***П:*** выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие | |  |
| 30 | Варианты выполнения кувырка вперед | 19.11 |  | Разминка на матах с мячами, варианты выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимание. | Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание. | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***П:*** выполнять различные варианты кувырка вперед и кувырок вперед, выполнять игровые упражнения на внимание. | |  |
| 31 | Кувырок назад | 23.11 |  | Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок назад, п/игра «Удочка» | Знать технику кувырка назад, правила п/игры «Удочка» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***П:*** выполнять кувырок назад, играть в п/игру «Удочка» | |  |
| 32 | Кувырки | 25.11 |  | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед, кувырок назад. П/игра «Мяч в туннеле» | Выполнять технику кувырка вперед и назад, правила п/игры «Мяч в туннеле» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы  ***Р:*** определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности.  ***П:*** выполнять кувырок вперед и назад, играть в п/игру «Мяч в туннеле». | |  |
| 33 | Круговая тренировка | 26.11 |  | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Круговая тренировка. П/игра «Мяч в туннеле» | Знать, как проходить дистанции круговой тренировки, правила п/игры «Мяч в туннеле» | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***П:*** проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Мяч в туннеле» | |  |
| 34 | Стойка на голове | 30.11 |  | Разминка с гимнастической палкой, техника выполнения стойки на голове, п/игра «Парашютисты» | Знать технику выполнения стойки на голове, правила п/игры «Парашютисты» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование эстетических чувств | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы  ***Р:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять стойку на голове, играть в п/игру «Парашютисты» | |  |
| 35 | Стойка на руках | 02.12 |  | Разминка с гимнастическими палками. Стойка на голове. Стойка на руках. П/игра «Парашютисты» | Знать технику выполнения стойки на голове и руках, правила п/игра «Парашютисты» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование эстетических чувств | | ***К:***  сотрудничать в ходе групповой работы  ***Р:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***П:*** , выполнять стойку на голове и руках, играть в п/игру «Парашютисты» | |  |
| 36 | Круговая тренировка | 03.12 |  | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Стойка на голове и руках Круговая тренировка. п/игра «Волшебные елочки» | Знать технику выполнения стойки на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила п/игры «Волшебные елочки» | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из них. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы  ***Р:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Волшебные елочки» | |  |
| 37 | Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине | 07.12 |  | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, лазание и перелазание на гимнастической стенке. Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. П/игра «Белочка-защитница» | Знать, как выполняется лазание и перелазание на гимнастической стенке, вис одной и двумя ногами на перекладине, правила п/игры «Белочка-защитница» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками эстетических чувств. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***П:*** лазать и перелазать на гимнастической стенке, выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами, играть в п/игру «Белочка-защитница» | |  |
| 38 | Лазание и перелазание по гимнастической стенке. | 09.12 |  | Разминка у гимнастической стенке, лазание и перелазание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. П/игра «Белочка-защитница» | Знать, как выполняется лазание и перелазание на гимнастической стенке, как выполнять вис одной и двумя ногами на перекладине, правила п/игры «Белочка-защитница» | | Понятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, работать в группе.  ***Р:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  ***П:*** лазать и перелазать на гимнастической стенке, выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами, играть в п/игру «Белочка-защитница» | |  |
| 39 | Прыжки в скакалку | 10.12 |  | Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. П/игра «Горячая линия» | Знать, технику выполнения прыжков в скакалку, правила игры «Горячая линия » | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств | | ***К:*** сотрудничать в ходе групповой работы.  ***Р:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять прыжки в скакалку, прыжки со скакалкой, играть в п/игру «Горячая линия » | |  |
| 40 | Прыжки в скакалку в тройках | 14.12 |  | Разминка со скакалкой. Прыжки в скакалку на месте и в движении, прыжки в скакалку в тройках. П/игра «Горячая линия» | Знать, как выполнять прыжки в скакалку и в скакалку в тройках, правила игры игра «Горячая линия » | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.  ***Р:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  ***П:*** прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в п/игру «Горячая линия» | |  |
| 41 | Лазанье по канату в три приема | 16.12 |  | Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в три приема. П/игра «Будь осторожен». | Знать, как выполнять прыжки в скакалку в тройках, как выполняется лазанье по канату в три приема, правила игры «Будь осторожен». | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование эстетических чувств, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в  п/игру «Будь осторожен». | |  |
| 42 | Круговая тренировка | 17.12 |  | Разминка со скакалками, круговая тренировка. П/игра «Будь осторожен». | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Будь осторожен». | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости, формирование эстетических чувств. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, формировать навыки сотрудничества в ходе групповой работы.  ***Р:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  ***П:*** проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Будь осторожен». | |  |
| 43 | Упражнения на гимнастическом бревне. | 21.12 |  | Разминка, направленная на развитие координации движений. Прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне. П/игра «Шмель» | Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила игры «Шмель» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств. | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности.  ***П:*** прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в п/игру «Шмель» | |  |
| 44 | Упражнения на гимнастических кольцах | 23.12 |  | Разминка, направленная на координацию движений. Упражнения на гимнастическом бревне, Комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча. П/игра «Ловишка» | Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, правила игры «Ловишка» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** сотрудничать в ходе групповой работы.  ***Р:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  ***П:*** выполнять упражнения на гимнастических кольцах, играть в п/игру «Ловишка» | |  |
| 45 | Круговая тренировка | 24.12 |  | Разминка в движении, комбинация на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, круговая тренировка. П/игра «Салки с домиками» | Знать комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять упражнения на гимнастическом бревне, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Салки с домиками». | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости, формирование эстетических чувств. | | ***К:*** сотрудничать в ходе групповой работы.  ***Р:*** владеть средствами саморегуляции.  ***П:*** выполнять комбинации на гимнастических кольцах и упражнения на бревне, играть в п/игру «Салки с домиками» | |  |
| 46 | Лазанье по наклонной гимнастической скамейке | 28.12 |  | Разминка в движении. Варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке. П/игра «Белочка-защитница». | Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила п/игры «Белочка-защитница». | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности.  ***П:*** лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в п/игру «Белочка-защитница». | |  |
| 47 | Варианты вращения обруча | 30.12 |  | Разминка с обручами в движении. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке, варианты вращения обруча. Подвижная игра «Перебежки с мячом на голове». | Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила п/игры «Перебежки с мячом на голове». | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из них, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости. | | ***К:*** работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель..  ***П:*** лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в п/игру «Перебежки с мячом на голове». | |  |
| **III четверть (31 час)** | | | | | | | | | | | |
| **Лыжная подготовка** | | | | | | | | | | | |
| 48 | ПБ на уроках лыжной подготовки. Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок |  |  | Организационно-методические требования на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и метод ее выбора, ступающий и скользящий лыжный шаг без палок. | Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, знать технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками разных социальных ситуациях. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности.  ***П:*** рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки,передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок. | |  |
| 49 | Повторный инструктаж по ПБ. Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками. |  |  | Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом на лыжах с лыжными палками. | Знать, как пристегивать крепления, технику выполнения ступающего и скользящего шага с лыжными палками и без них. | | Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.  ***П:*** пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них. | |  |
| 50 | Повороты на лыжах переступанием и прыжком. |  |  | Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками и без них.. | Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. | | ***К:*** сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***П:*** поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами. | |  |
| 51 | Попеременный двухшажный ход на лыжах. |  |  | Поворот на лыжах переступаем и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах. | Знать, как выполнять повороты на лыжах переступаем и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом. | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***П:*** поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, ступающим и скользящим шагом. | |  |
| 52 | Одновременный двухшажный ход на лыжах. |  |  | Попеременный двухшажный ход, одновременный двухшажный ход, прохождение дистанции 1 км на лыжах. | Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять свои силы при прохождении дистанции 1 км. | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя.  ***П:*** передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить на лыжах дистанцию 1 км. | |  |
| 53 | Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах |  |  | Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах. | Знать, технику изученных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», спуска под уклон в основной стойке на лыжах | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***П:*** передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться с уклона в основной стойке. | |  |
| 54 | Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах |  |  | Лыжные ходы, подъем на склон «полуелочкой», «елочкой» и «лесенкой», торможение «плугом». | Знать технику выполнения подъема склон «полуелочкой», «елочкой» и «лесенкой», технику торможения «плугом». | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, формирование установки на здоровый образ жизни | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели.  ***П:*** подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой» и «лесенкой», тормозить на лыжах «плугом». | |  |
| 55 | Передвижение  и спуск на лыжах «змейкой» |  |  | Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон. Спуск со склона в основной стойке. | Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона «змейкой», как подниматься на склон различными способами. | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя.  ***П:*** передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами.. | |  |
| 56 | Подвижная игра на лыжах «Накаты» |  |  | Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змейкой». Передвижение на лыжах различными ходами. Подвижная игра на лыжах «Накаты» | Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», правила п/игры «Накаты» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** контролировать процесс и осознавать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.  ***П:*** уметь передвигаться на лыжах «змейкой». играть в п/игру «Накаты» | |  |
| 57 | Спуск на лыжах со склона в низкой стойке. |  |  | Спуск на лыжах в приседе. Передвижение на лыжах различными ходами. Подвижная игра на лыжах «Накаты» | Знать технику спуска на лыжах, технику передвижения на лыжах, правила п/игры «Накаты» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** спускаться на лыжах в приседе, играть в п/игру «Накаты». | |  |
| 58 | Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах |  |  | Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со склона в низкой стойке. | Знать, как проходить дистанции 1,5 км на лыжах, как спускаться со склона в низкой стойке. | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  ***П:*** проходить дистанцию на лыжах 1,5 км, кататься со склона в низкой стойке | |  |
| 59 | Контрольный урок по лыжной подготовке |  |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок и с палками, спуск со склона в основной стойке, подъем на склон «полуелочкой» и «елочкой», торможение падением | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, как выполнять повороты переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой». | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***П:*** передвигаться на лыжах, выполнять повороты переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой». | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 60 | ПБ на уроках подвижных и спортивных игр в спортивном зале. Передача мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки» |  |  | Разминка с мячами. Передача мяча в парах по кругу. П/игра «Охотники и утки» | Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила игры «Вышибалы» | | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** выполнять упражнения в парах с мячами, играть в п/игру «Охотники и утки» | |  |
| 61 | Броски мяча через сетку и ловля высоко летящего мяча. Подвижная игра «Перекинь мяч» |  |  | Разминка с мячами в движении. Броски мяча через сетку и ловля высоко летящего мяча, п/игры «Перекинь мяч» | Знать технику броска мяча через сетку и ловлю высоко летящего мяча, правила игры «Белочка-защитница» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с учебными задачами.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.  ***П:*** выполнять броски мяча через сетку и ловля высоко летящего мяча, играть в п/игру «Перекинь мяч» | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 62 | ПБ на уроках легкой атлетики. Преодоление полосы препятствий |  |  | Разминка в движении. Преодоление полосы препятствий, п/игры «Удочка» | Знать, как проходить полосу препятствий, правила игры «Удочка» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе нравственных норм | | ***К***: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных отношений  ***П:*** преодолевать полосу препятствий, играть в п/игру «Удочка» | |  |
| 63 | Прохождение усложненной полосы препятствий |  |  | Разминка в движении. Усложненная полоса препятствий. П/игра «Совушка» | Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила игры «Совушка» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | ***К***: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и излагать в устной форме***.***  ***Р:*** владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель.  ***П:*** преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в п/игру «Совушка» | |  |
| 64 | Прыжок в высоту с разбега |  |  | Разминка с мячами в движении. Техника прыжка высоту с разбега. П/игра «Бегуны и прыгуны» | Знать, как выполняется прыжок в высоту с разбега, правила игры «Бегуны и прыгуны» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | | ***К:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** прыгать в высоту с разбега, играть в п/игру «Бегуны и прыгуны» | |  |
| 65 | Прыжок в высоту с разбега на результат. |  |  | Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с разбега на результат. П/игра «Бегуны и прыгуны» | Знать, как выполняется прыжок в высоту с разбега на результат, правила игры «Бегуны и прыгуны» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. | | ***К:*** сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***П:*** выполнять прыжок в высоту с разбега на результат, играть в п/игру «Бегуны и прыгуны» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 66 | Ведение мяча |  |  | Закаливание, разминка с мячами. Техника ведения мяча. П/игра «Подвижная цель» | Знать правила закаливания, выполнять технику ведения мяча и правила п/игры «Подвижная цель» | | Развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, формировать навыки речевого отображения содержания совершаемых действий в форме речевых значений.  ***Р:*** сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.  ***П:*** уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в п/игру «Подвижная цель» | |  |
| 67 | Подвижная игра «Подвижная цель» |  |  | Разминка с мячами в движении, упражнения с мячом 2 – 3. П/игра «Подвижная цель» | Знать, как выбирать подвижные игры, знать правила п/игры «Подвижная цель» | | Развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, , осуществлять итоговый и пошаговый контроль.  ***П:*** уметь играть в п/игру «Подвижная цель» | |  |
| 68 | Броски и ловля мяча в парах |  |  | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча различными способами. П/игра «Ловишка с мячом и защитниками» | Знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила п/игры «Ловишка с мячом и защитниками» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из них, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров.  ***П:*** выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в п/игру «Ловишка с мячом и защитниками» | |  |
| 69 | Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу» |  |  | Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу». П/игра «Ловишка с мячом и защитниками» | Знать, как выполняется техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила игры «Ловишка с мячом и защитниками» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из них, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***П:*** выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в п/игру «Ловишка с мячом и защитниками» | |  |
| 70 | Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху» |  |  | Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху». П/игра «Вышибалы» | Знать, как выполняется техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», правила игры «Вышибалы» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | | ***К:*** слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», играть в п/игру «Вышибалы» | |  |
| 71 | Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо |  |  | Разминка с мячом. техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», «снизу», техника ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, п/игра «Охотники и утки» | Знать, как выполняется техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», «снизу», правила п/игры «Охотники и утки» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо разными способами, играть в п/игру «Охотники и утки». | |  |
| 72 | Эстафеты с мячом |  |  | Разминка с мячом в движении. Эстафеты с мячом. П/игра «Охотники и утки» | Знать, как проводятся эстафеты с мячами, как выполняется ведение мяча, правила п/игры «Охотники и утки» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и излагать в устной форме.  ***Р:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров.  ***П:*** участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в п/игру «Охотники и утки» | |  |
| 73 | Упражнения и подвижные игры с мячом |  |  | Разминка с мячом в движении, эстафеты с мячом П/игра «Охотники и зайцы». | Знать, как участвовать в эстафетах с мячом, правила проведения п/игр «Охотники и зайцы» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.  ***Р:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров.  ***П:*** участвовать в эстафетах с мячом, играть в п/игры «Охотники и утки», «Антивышибалы» | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 74 | Прыжки на мячах -хопах |  |  | Разминка с мячом. Прыжки на мячах-хопах, п/игра «Ловишка на хопах» | Знать, что такое мячи-хопы, как на них прыгать, правила п/игры «Ловишка на хопах | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, формирование установки на безопасный образ жизни. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и излагать в устной форме***.***.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***П:*** прыгать на мячах-хопах, играть в п/игру «Ловишка на хопах | |  |
| 75 | Прыжки на мячах -хопах |  |  | Разминка с мячом. Прыжки на мячах-хопах, п/игра «Ловишка на хопах» | Знать, как выполняются прыжки на мячах хопах, правила п/игры «Ловишка на хопах | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни. | | ***К:*** слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и излагать в устной форме.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***П:*** прыгать на мячах-хопах, играть в п/игру «Ловишка на хопах | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 76 | Эстафеты с мячом |  |  | Разминка в движении. эстафеты с мячом, П/игра «Ловишка с мячом» | Знать различные варианты эстафет с мячом, правила игры «Ловишка с мячом» | | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***П:*** участвовать в эстафетах с мячом, играть в игру «Ловишка с мячом» | |  |
| 77 | Подвижные игры |  |  | Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», «снизу», подвижные игры. Подведение итогов четверти. | Знать, как выполняется техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», «снизу», как выбирать п/игры. | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** владеть средствами саморегуляции и рефлексии, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.  ***П:*** выполнять броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», «снизу», выбирать подвижные игры и играть в них. | |  |
| 78 | Броски мяча через волейбольную сетку |  |  | Разминка с мячами. Броски мяча через волейбольную сетку. П/игра «Вышибалы через сетку» | Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила п/игры «Вышибалы через сетку» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Р:*** контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***П:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в п/игру «Вышибалы через сетку» | |  |
| **IV четверть (24 часа)** | | | | | | | | | | | |
| 79 | Подвижная игра «Пионербол» |  |  | Разминка с мячами. Техника броска мяча через волейбольную сетку на точность. П/игра Пионербол» | Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила п/игры «Пионербол» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***П***: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в п/игру Пионербол» | |  |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | |
| 80 | Волейбол как вид спорта |  |  | Разминка с мячом в парах. Волейбольные упражнения. Спортивная игра «Пионербол» | Знать, волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила спортивной игры «Пионербол». | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** сохранять заданную цель, видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению учителя.  ***П:*** выполнять волейбольные упражнения и играть в спортивную игру «Пионербол». | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 81 | Подготовка к волейболу |  |  | Разминка с мячом в парах. Волейбольные упражнения, выполняемые через сетку. П/игра «Пионербол» | Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в п/игру «Пионербол» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | | ***К:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач.  ***П:*** делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в п/игру «Пионербол» | |  |
| 82 | Контрольный урок по волейболу. |  |  | Разминка с мячом в движении по кругу. Знания и умения из области волейбола. П/игра «Пионербол» | Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила п/игры «Пионербол» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить способы выхода из них. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Р:*** определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности.  ***П:*** применять умения и навыки из области волейбола на практике, играть в п/игру «Пионербол». | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 83 | Бросок набивного мяча способами «от груди» и «снизу». |  |  | Разминка с набивными мячами. Техника броска набивного мяча «от груди» и «снизу». П/игра «Точно в цель» | Знать, как выполнять броски набивного мяча «от груди» и «снизу», правила п/игры ««Точно в цель» | | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | | ***К***: представлять конкретное содержание и излагать в устной форме***,*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», игра в п/игру «Точно в цель» | |  |
| 84 | Броски набивного мяча правой и левой рукой |  |  | Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча правой и левой рукой, из-за головы. П/игра «Точно в цель» | Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила п/игры «Точно в цель» | | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | | ***К***: представлять конкретное содержание и излагать в устной форме***,*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***П:*** броски набивного мяча «от груди», «снизу», правой и левой рукой, играть в п/игру «Точно в цель» | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | |
| 85 | Тестирование виса на время |  |  | Разминка с мячами в движении. Броски набивного мяча из-за головы на дальность. Тестирование виса на время. П/игра «Борьба за мяч» | Знать правила тестирование виса на время, правила п/игры «Борьба за мяч» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** понимать оценку взрослого и сверстников, уметь осуществлять итоговый контроль.  ***П:*** выполнять броски мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| 86 | Тестирование наклона вперед из положения стоя |  |  | Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. П/ игра «Борьба за мяч» | Знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила п/игры «Борьба за мяч» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель, уметь осуществлять итоговый контроль.  ***П:*** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 87 | Тестирование прыжка в длину с места |  |  | Разминка, направленная на подготовку организма к прыжкам в длину с места. Тестирование прыжка в длину с места. П/игра «Борьба за мяч» | Знать правила тестирования прыжка в длину с места, как играть в п/игру «Борьба за мяч» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | | ***К:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель, уметь осуществлять итоговый контроль.  ***П:*** проходить тестирование прыжок в длину с места, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | |
| 88 | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись |  |  | Разминка, направленная на координацию движений. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. П/игра «Борьба за мяч» | Знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила п/игры «Борьба за мяч» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | | ***К***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель, уметь осуществлять итоговый контроль.  ***П:*** проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| 89 | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. |  |  | Разминка, направленная на координацию движений. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. П/игра «Борьба за мяч» | Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, как правила п/игры «Борьба за мяч» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки | | ***К:*** сохранять доброжелательные отношения друг к другу, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  ***Р:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекты деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  ***П:*** проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 90-  91 | Знакомство с баскетболом |  |  | Разминка с мячом в движении. Броски мяча в баскетбольное кольцо. С/игра «Баскетбол» | Знать, какие варианты в баскетбольное кольцо существуют, правила с/игры «Баскетбол» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах | | ***К:*** слушать и слышать учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности., владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.  ***П:*** бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в с/игру «Баскетбол» | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 92 | Тестирование метания малого мяча на точность |  |  | Разминка с мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. П/игра «Баскетбол» | Знать правила тестирование метания малого мяча на точность, правила в п/игры «Баскетбол» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель, уметь осуществлять итоговый контроль.  ***П:*** проходить тестирование метания мяча на точность, играть в п/игру «Баскетбол» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 93 | Спортивная игра «Баскетбол» |  |  | Разминка с мячом, броски мяча в баскетбольное кольцо. с/игра «Баскетбол» | Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила с/игры «Баскетбол» | | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель.  ***П:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в с/игру «Баскетбол» | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 94 | Беговые упражнения. |  |  | Разминка в движении. Беговые упражнения. П/игра «Колдунчики» и «Вызов» | Знать варианты беговых упражнений, правила п/игр «Колдунчики» и «Вызов» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** осуществлять действие по образцу и заданному примеру, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять беговые упражнения, играть в п/игру «Колдунчики» и «Вызов» | |  |
| 95 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта. |  |  | Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. П/игра «Командные хвостики» | Знать правила тестирование бега 30 м с высокого старта, правила п/игры «Командные хвостики» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | ***К:*** устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель.  ***П:*** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в п/игру «Командные хвостики» | |  |
| 96 | Тестирование челночного бега 3х10 м. |  |  | Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3х10 м. П/игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила тестирования челночного бега 3х10 м, правила п/игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель.  ***П:*** проходить тестирование челночного бега 3х10, играть в п/игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | |  |
| 97 | Тестирование метания мяча на дальность. |  |  | Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мяча на дальность. П/игра «Круговая охота» | Знать правила тестирования метания мяча на дальность, правила п/игры «Круговая охота» | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  ***Р:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекты деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.  .***П:*** проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в п/игру «Круговая охота» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 98 | Спортивная игра «Футбол» |  |  | Беговая разминка, разминка, направленная на развитие координации движений. С/игра «Мини-футбол». | Знать правила спортивной игры «Мини-футбол». | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель.  ***П:*** играть в спортивную игру «Мини-футбол». | |  |
| 99 | Подвижная игра «Флаг на башне» |  |  | Разминка, направленная на развитие координации движений. П/игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами» | Знать правила п/игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами» | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** формировать ситуации саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.  ***П:*** играть в п/игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами» | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | |
| 100 | Бег 1000 м |  |  | Разминка, направленная на развитие координации движений. Бег 1000 м. С/игра «Мини-футбол». | Знать, как проходить тестирование бега на 1000 м, правила игры «Мини-футбол». | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательные отношения друг с другом.  ***Р:*** осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель.  ***П:*** пробегать дистанцию 1000 м, , играть в с/игру «Мини-футбол». | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | |
| 101 | Спортивные игры. |  |  | Беговая разминка, спортивные игры, п/игра «Марш с закрытыми глазами» | Знать правила спортивных игр, правила п/игры «Марш с закрытыми глазами» | | Развитие эстетических чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя  ***Р:*** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию  ***П:*** играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами» | |  |
| 102 | Подвижные и спортивные игры |  |  | Беговая разминка, подвижные и спортивные игры. Подведение итогов учебного года | Знать как выбирать и играть в подвижные и спортивные игры, как подводить итоги учебного года. | | Развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, осуществлять итоговый контроль.  ***П:*** играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги учебного года | |  |

**УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| Спортивный инвентарь, оборудование | Количество штук |
| Мячи волейбольные | 11 |
| Мячи баскетбольные | 11 |
| Мячи набивные | 4 |
| Скакалки | 11 |
| Обручи | 11 |
| Лыжи на ботинках | 15 |
| Лыжные палочки | 15 пар |
| Маты | 6 |
| Мячи для метания | 1 |
| Стойка для прыжков в высоту | 1 |
| Планка для прыжков в высоту | 1 |
| Шведская стенка | 3 |
| Перекладина | 1 |
| Конь | 1 |
| Гимнастическое бревно | 1 |
| Гимнастический мостик | 1 |