**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 4 класса**

**Составитель:** учитель физкультуры

Юдин Александр Павлович

**2015 – 2016 учебный год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа учебного курса по физической культуре для 4 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 4 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 4 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

***Результаты освоения курса 4 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 мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие навыков сотрудничества с 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 планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
* формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
* определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
* готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
* овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
* овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
* формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
* взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
* выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**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 историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне;
* по разделу ***«Гимнастика с элементами акро­батики»*** — выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, вис завесом од­ной и двумя ногами, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок на­зад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, упражнения на гимнастическом брев­не, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи), опорный прыжок, прохо­дить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоя­тельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с ме­шочками, гимнастическими палками, массаж­ными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленные на раз­витие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;
* по разделу ***«Легкая атлетика»*** — пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точ­ность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, переша­гиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способа­ми «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;
* по разделу ***«Лыжная подготовка»*** — передви­гаться на лыжах скользящим и ступающим шагом с лыжными палками и без них, попе­ременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным и одновременным од­ношажным ходом, «змейкой», выполнять по­вороты на лыжах переступанием и прыжком, подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой», спуск со склона в основной стой­ке и в низкой стойке, тормозить «плугом», проходить дистанцию 2 км, играть в подвиж­ные игры на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»;
* по разделу ***«Подвижные и спортивные игры» —*** выполнять пас ногами и руками, низом, вер­хом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными спосо­бами, играть в подвижные игры «Ловишка», «Ловишка на хопах», «Колдунчики», «Сал­ки с домиками», «Салки — дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кегля­ми», «Вышибалы с ранением», «Вышибалы через сетку», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капи­таны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь острожен», «Игра в мяч с фи­гурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешоч­ком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвости­ки», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол).

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Вид программного материала** | **Количество часов (уроков)** |
| 1 | Знания о физической культуре | 5 |
| 2 | Легкая атлетика | 23 |
| 3 | Гимнастика с основами акробатики | 30 |
| 4 | Подвижные игры, элементы спортивных игр | 32 |
| 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 | 2 | 1 |  |
| 2 | Легкая атлетика | 10 |  | 4 | 9 |
| 3 | Гимнастика с элементами акробатики | 4 | 19 | 3 | 4 |
| 4 | Лыжная подготовка |  |  | 12 |  |
| 5. | Подвижные игры | 8 | 3 | 11 | 10 |
|  | Итого | 24 | 24 | 31 | 23 |
|  |  |  |  |  |  |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Тема**  **урока** | | **По плану** | **Факт. дата** | **Виды деятельности (элементы содержания, контроль)** | **Планируемые результаты** | | | | | | | **Примечание** |
| **Предметные** | **Личностные** | | | | | **Метапредметные** |
| **I четверть (24 часа)** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | | Организационно-методические требования на уроках физиче­ской куль­туры | |  |  | Организационно-методические требования, применяемые на занятиях  физкультурой; строевые упражнения,  подвижные игры «Ловишка», «Колдунчик» | Знать организационно-методические требования, применяемые на занятиях  физкультурой; строевые упражнения, правила п/игр «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:*** уметь рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках, выполнять строевые упражнения, играть в п/игры «Ловишка», «Колдунчики» |  |
| **Лёгкая атлетика** | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. | | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта | |  |  | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки с домиками», «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 с домиками», «Салки – дай руку». | Развитие эстетических чувств, доброжелате-льности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки . | | | | | ***К:*** : обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** адекватно понимать оценку учителя, сохранять заданную цель.  ***П:*** тестирование бега 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками», «Салки – дай руку». |  |
| 3. | | Техника  челночного  бега | |  |  | Разминка в движении, техника челночного бега. Подвижная игра «Флаг на башне». | Знать технику выпол­нения челноч­ного бега, правила п/игры «Флаг на башне». | 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***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  ***П:*** технично выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне».. |  |
| 4. | | Тестирование челночного бега 3х10 м. | |  |  | Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3х10 м. с высокого старта. Подвижная игра «Колдунчики» | Знать технику выполнения тестирова­ния челночного бега, играть в п/игру «Колдунчики». | Развитие эстетических чувств, доброжелатель-ности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | | | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** проектировать новый уровень отношения у самому себе как субъекту деятельности; адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.  ***П***: проходить тестирование челночного бега, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики». |  |
| 5. | | Тестирование бега 60 м с высокого старта | |  |  | Беговая разминка с мячами, тестирование бега 60 м с высокого старта. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее». | Знать правила проведения тестирования бега 60 м с высокого старта. 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:*** проходить тестирование бега 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее». |  |
| 6. | | Тести­рование метания мешочка на даль­ность | |  |  | Беговая разминка с мячами, тестирование метание мяча. Подвижная игра «Колдунчики». | Знать правила тестирования метания малого мяча на дальность, как выполнять метания мяча с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики». | 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:*** проходить тестирование метания мяча на дальность метать мяч на дальность с разбега, играть в п/ игру «Колдунчики». |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | | | | |
| 7. | | | Техника паса в футболе |  |  | Разминка в движении, варианты паса мяча в футболе, правила п/игры «Собачки ногами» | Знать, какие варианты пасов можно применять в футболе, правила п/игры «Собачки ногами» | Развитие эстетических чувств, доброжелатель-ности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | | | | ***К***: уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров.  ***П:*** выполнять различные варианты пасов, играть в п/игру «Собачки ногами» |  |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | Спортивная игра «Мини-футбол» | |  |  | Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, правила спортивной игры «Мини-футбол» | Знать, историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Мини-футбол» | Развитие эстетических чувств, доброжелатель-ности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | | | | | ***К***: уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Мини-футбол» |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | Техника прыжка в длину с разбега | |  |  | 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, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из них | | | | | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***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 | | Прыжок в длину с разбега на результат | |  |  | Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат. Спортивная игра «Мини-футбол» | Знать технику прыжка в длину с разбега на результат; правила спортивной игры «Мини-футбол» | 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 в различных ситуациях | | | | | ***К:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  ***П:*** прыгать в длину с разбега, играть в с/игру «Мини-футбол» |  |
| 11 | | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега. | |  |  | 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 контрольный прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Мини-футбол» |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | | Контрольный урок по спортивной игре «Мини-футбол» | |  |  | Разминка в движении по кругу, футбольные упражнения. Спортивная игра «Мини-футбол» | Знать, как проходит контрольный урок в мини-футбол, правила спортивной игры «Мини-футбол» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. | | | | | ***К :*** содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.  ***П:*** играть в с/ игру «Мини-футбол» |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | | Тестирование метания малого мяча на точность | |  |  | Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. П/игра «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирование метания малого мяча на точность, правила п/игры «Вышибалы» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. | | | | | ***К:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** адекватно оценивать свои поступки и действия партнеров, сохранять заданную цель.  ***П:*** проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в п/игру «Вышибалы» |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | | Тестирование наклонов вперед из положения стоя | |  |  | Разминка с малыми мячами. Тестирование наклонов вперед из положения стоя. П/ игра «Перестрелка». | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила п/игры «Перестрелка». | Развитие мотивов учебной деятельности на формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | | | | | ***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 наклона вперед из положения стоя, играть в п/игру «Перестрелка». |  |
| 15 | | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. | |  |  | Разминка, направления на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. П/ игра «Перестрелка». | Знать правила тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила п/игры «Перестрелка». | 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:*** 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 подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в п/игру «Перестрелка». |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | | Тестирование прыжка в длину с места | |  |  | Прыжковая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. П/ игра «Волк во рву» | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила п/ игры «Волк во рву» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, доброжелательности, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | | | | | ***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 прыжка в длину с места, играть в п/игру «Волк во рву». |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | | Тестирование подтягиваний и отжиманий | |  |  | Разминка, направления на развитие координации движений. Тестирование подтягиваний и отжиманий. П/ игра «Антивышибалы» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила п/ игры «Антивышибалы» | 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:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель.  ***П:*** проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в п/игру «Антивышибалы». |  |
| 18 | | Тестирование виса на время | |  |  | Разминка с гимнастическими палками. Тестирование виса на время. п/игра «Вышибалы» | Знать, как проходить тестирование виса на время, правила п/игры «Вышибалы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. | | | | | ***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 «Вышибалы» |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | | Броски и ловля мяча в парах | |  |  | Разминка с мячами. Броски и ловля мяча в парах, п/игра «Защита стойки» | Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила п/игры «Защита стойки» | 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, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  ***Р:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  ***П:*** бросать и ловить мяч в парах, играть в п/игру «Защита стойки». |  |
| 20 | | Броски и ловля мяча в парах на точность | |  |  | Разминка с мячами, Броски и ловля мяча в парах на точность, п/игра «Защита стойки» | Знать, какие варианты бросков и ловли мяча в парах на точность существуют, правила п/игры «Защита стойки» | 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:*** 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 броски мяча в парах на точность, играть в п/игру «Защита стойки» |  |
| 21 | | Броски и ловля мяча в парах | |  |  | Разминка с мячами в парах. Броски и ловля мяча в парах на точность. П/игра «Капитаны» | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах на точность, правила п/ игры  «Капитаны» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей | | | | | ***К:*** слушать и слышать друг друга, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** бросать мяч в парах на точность, играть в игру «Капитаны» |  |
| 22 | | Броски и ловля мяча в парах у стены. | |  |  | Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены. П/игра «Капитаны» | Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила  п/ игры «Капитаны» | 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, управлять поведением партнера, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** проектировать новый уровень отношения у самому себе как субъекту деятельности; адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.  ***П:*** бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в п/игру «Капитаны» |  |
| 23 | | Подвижная игра «Осада города» | |  |  | Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча у стены в парах. П/игра «Осада города» | Знать, как выполняются ловля и броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила п/игры «Осада города» | Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, 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 броски и ловлю мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в п/игру «Осада города». |  |
| 24 | | Броски и ловля мяча | |  |  | Разминка с мячами, броски и ловля мяча, п/игра «Осада города» | Знать, как бросать и ловить мяч, 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:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***П:*** бросать и ловить мяч, играть в п/игру «Осада города» |  |
| **II четверть (24 часа)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | | Упражнения с мячом | |  |  | Разминка с мячами, броски и ловля мяча, п/игра «Штурм» | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила п/игры «Штурм» | 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:*** обеспечить бесконфликтную совместную работу.  ***Р:*** определять новый уровень отношения у самому себе как субъекту деятельности; адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.  ***П:*** бросать и ловить мяч, играть в п/игру «Штурм». |  |
| 26 | | Ведение мяча | |  |  | Разминка с мячами. Варианты ведения мяча. П/игра «Штурм» | Знать правила закаливания, выполнять технику ведения мяча и правила п/игры «Штурм» | 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:*** обеспечить бесконфликтную совместную работу.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П***  выполнять ведение мяча различными способами, играть в п/игру «Штурм» |  |
| 27 | | Подвижные игры | |  |  | Разминка с мячами в движении, упражнения с мячом. Подвижные 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 выбирать и играть в п/игры и подводить итоги четверти. |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | | ПБ на уроках гимнастики с элементами акробатики. Кувырок вперед. | |  |  | Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов. П/игра «Удочка» | Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, 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:*** 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 кувырки вперед с места и с трех шагов, играть в п/игру «Удочка» |  |
| 29 | | Кувырок вперед с разбега и через препятствие. | |  |  | Разминка на матах, техника кувырка вперед с места, с разбега, техника кувырка вперед через препятствие. П/игра «Удочка» | Знать технику выполнения кувырка вперед с места, с разбега, с трех шагов и через препятствие, правила п/игры «Удочка» | 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:*** обеспечить бесконфликтную совместную работу.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** выполнять кувырок вперед с места, с разбега, с трех шагов и через препятствие, играть в п/игру «Удочка» |  |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | | | | |
| 30 | | Зарядка | |  |  | Зарядка, техника различных вариантов выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимание. | Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание. | 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:*** 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:*** уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, выполнять игровые упражнения на внимание. |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 31 | | Кувырок назад | |  |  | Зарядка, кувырок вперед, кувырок назад, п/игра «Мяч в туннеле» | Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила п/игры «Мяч в туннеле» | 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:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать необходимую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***П:*** уметь делать зарядку, выполнять кувырок вперед и назад, играть в п/игру «Мяч в туннеле» |  |
| 32 | | Круговая тренировка | |  |  | Зарядка. Круговая тренировка. П/игра «Мяч в туннеле» | Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки проходить, правила п/игры «Мяч в туннеле» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, 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:*** уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Мяч в туннеле» |  |
| 33 | | Стойка на голове и руках | |  |  | Зарядка, стойка на голове и руках. П/игра «Парашютисты» | Знать, как выполнять зарядку, технику выполнения стойки на голове и руках, правила п/игры «Парашютисты» | 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:*** 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:*** выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в п/игру «Парашютисты» |  |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | | | | |
| 34 | | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека | |  |  | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и руках. П/игра «Парашютисты» | Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки и гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила п/игры «Парашютисты» | | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | ***К:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***П:*** уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в п/игру «Парашютисты» | | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 35 | | Гимнастические упражнения | |  |  | Разминка на гимнастических матах с мячом, гимнастические упражнения. Игровое упражнение на внимание. | Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают. | | | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование эстетических чувств, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. | ***К:***  устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в ходе групповой работы  ***Р:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели  ***П:*** выполнять гимнастические и игровые упражнения на внимание. | | |  |
| 36 | | Висы | |  |  | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Висы. П/игра «Ловля обезьян» | Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила п/игры «Ловля обезьян» | | | 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:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Р:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять различные варианты висов, играть в п/игру «Ловля обезьян» | | |  |
| 37 | | Лазанье по гимнастической стенке и висы | |  |  | Разминка, с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке. Вис завесом одной и двумя ногами. П/игра Ловля обезьян» | Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правила п/игры Ловля обезьян» | | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие навыков сотрудничества со сверстниками. Развитие эстетических чувств. | ***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:*** лазать по гимнастической стенке, выполнять вис завесом одной и двумя ногами, играть в п/игру Ловля обезьян» | | |  |
| 38 | | Круговая тренировка | |  |  | Разминка у гимнастической стенки, круговая тренировка . П/игра «Удочка» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила п/игры «Удочка» | | | 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:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель  ***П:*** проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Удочка» | | |  |
| 39 | | Прыжки в скакалку | |  |  | Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. П/игра «Горячая линия » | Знать, технику выполнения прыжков в скакалку и со скакалкой, 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 | |  |  | 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:*** слушать и слышать друг друга и учителя, формировать навыки сотрудничества в ходе групповой 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 два приема | |  |  | Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в два и три приема. П/игра «Будь осторожен». | Знать, , как выполнять прыжки в скакалку в тройках, как выполняется лазанье по канату в два и три приема, правила игры «Будь осторожен». | | | 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 два и три приема, играть в  п/игру «Будь осторожен». | | |  |
| 42 | | Круговая тренировка | |  |  | Разминка со скакалками, круговая тренировка. П/игра «Игра в мяч с фигурами». | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Игра в мяч с фигурами». | | | 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:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель  ***П:*** проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Игра в мяч с фигурами». | | |  |
| 43 | | Упражнения на гимнастическом бревне. | |  |  | Разминка, направленная на развитие координации движений. Прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне. П/игра «Салки и мяч» | Знать как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила игры «Салки и мяч» | | | 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:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  ***П:*** выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в п/игру «Салки и мяч» | | |  |
| 44 | | Упражнения на гимнастических кольцах | |  |  | Разминка, направленная на координацию движений. Упражнения на гимнастическом бревне. Комбинация на гимнастических кольцах. П/игра «Салки и мяч» | Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне, правила игры «Салки и мяч» | | | 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:*** обеспечить бесконфликтную совместную работу.  ***Р:*** определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности.  ***П:*** выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне, играть в п/игру «Салки и мяч» | | |  |
| 45 | | Махи на гимнастических кольцах | |  |  | Разминка в движении, комбинация на гимнастических кольцах, махи и выкрут на гимнастических кольцах. П/игра «Ловишка» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, правила игры «Ловишка» | | | Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, 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:*** эффективно сотрудничать в ходе групповой работы.  ***Р:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель..  ***П:*** выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, играть в п/игру «Ловишка» | | |  |
| 46 | | Круговая тренировка | |  |  | Разминка в движении, махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка. П/игра «Ловишка» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила п/игры «Ловишка» | | | 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:*** эффективно сотрудничать в ходе групповой работы., слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя.  ***П:*** выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Ловишка» | | |  |
| 47 | | Вращение обруча | |  |  | Разминка с обручами в движении. Варианты вращения обруча. Подвижная игра «Катание колеса». | Знать различные варианты вращения обруча, правила п/игры «Катание колеса». | | | Принятие и освоение социальной роли, 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:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель..  ***П:*** выполнять различные варианты вращения обруча, играть в п/игру «Катание колеса». | | |  |
| 48 | | Круговая  трениров­ка | |  |  | Разминка с обручами. Круговая тренировка. Подвижная игра «Катание колеса» Подведение итогов четверти. | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Катание колеса». | | 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 | | | ***К:*** уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.  ***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***П:*** проходить станции круговой тренировки, играть в п/игру «Катание колеса». Подводить итоги четверти. | |  |
| **III четверть (31 час)** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Лыжная подготовка** | | | | | | | | | | | | | | |
| 49 | | 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:*** уметь подбирать лыжную форму и инвентарь,передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок. | |  |
| 50 | | 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:*** передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них. | |  |
| 51 | | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах. | |  |  | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком. | Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, как выполнять повороты на лыжах прыжком. | | 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 прыжком, передвигаться попеременными одновременным двухшажным ходом. | |  |
| 52 | | Попеременный одношажный ход на лыжах. | |  |  | Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне. | Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне. | | 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:*** передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжне. | |  |
| 53 | | Одновременный одношажный ход на лыжах. | |  |  | Попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход. | Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне. | | 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 на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе. | |  |
| 54 | | Подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой» спуск в основной стойке на лыжах | |  |  | Лыжные ходы, подъем «елочкой» и «полуелочкой», 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 различными лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со уклона в основной стойке. | |  |
| 55 | | Подъем «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах | |  |  | Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой» и «елочкой», торможение «плугом». | Знать технику выполнения подъема склон «лесенкой», «полуелочкой» и «елочкой», 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 «лесенкой», «полуелочкой» и «елочкой», тормозить на лыжах «плугом». | |  |
| 56 | | Передвижение  и спуск на лыжах «змейкой» | |  |  | Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон. Спуск со склона на лыжах «змейкой». | 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:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  ***Р:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию учителя.  ***П:*** передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, тормозить «плугом» | |  |
| 57 | | Подвижная игра на лыжах «Накаты» | |  |  | Передвижение на лыжах различными ходами. Спуск на лыжах «змейкой». Подвижная игра на лыжах «Накаты» | Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как 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», спускаться со склона «змейкой», играть в п/игру «Накаты» | |  |
| 58 | | Подвижная игра на лыжах «Подними предмет» | |  |  | Спуск на лыжах в приседе. Передвижение на лыжах различными ходами. Подвижная игра на лыжах «Подними предмет» | Знать технику спуска на лыжах, технику передвижения на лыжах, правила п/игры «Подними предмет» | | 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 низкой стойке, играть в п/игру «Подними предмет». | |  |
| 59 | | Прохождение дистанции 2км на лыжах | |  |  | Прохождение дистанции 2 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со склона в низкой стойке. | Знать, как проходить дистанции 2 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 2 км, кататься со склона в низкой стойке | |  |
| 60 | | Контрольный урок по лыжной подготовке | |  |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок и с палками, спуск со склона в основной и низкой стойке, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой» и «елочкой», спуск с упражнением «Подними предмет» | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами,, как выполнять повороты переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в основной и низкой стойке, спускаться с упражнением «Подними предмет» | | 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 прыжком, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной и низкой стойке, спускаться с упражнением «Подними предмет» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | | | | |
| 61 | | ПБ на уроках подвижных и спортивных игр в спортивном зале. Передача мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки» | |  |  | Разминка с мячами в движении. Передача мяча в парах по кругу. П/игра «Охотники и утки» | Знать ПБ на уроках подвижных и спортивных игр в спортивном зале, 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» | |  |
| 62 | | Броски мяча через сетку и ловля высоко летящего мяча. Подвижная игра «Выстрел в небо» | |  |  | Разминка с мячами в движении. Броски мяча через сетку и ловля высоко летящего мяча, п/игры «Выстрел в небо» | Знать технику броска мяча через сетку и ловлю высоко летящего мяча, правила игры «Выстрел в небо» | | | 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 «Выстрел в небо» | |  |
| 63 | | 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» | |  |
| 64 | | 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» | |  |
| 65 | | 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» | |  |
| 66 | | 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» | |  |
| 67 | | 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» | |  |
| 68 | | 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». | |  |
| 69 | | 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» | |  |
| 70 | | 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:*** 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». | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | | | | |
| 71 | | ПБ на уроках легкой атлетики. Полоса препятствий | |  |  | Разминка в движении. Прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, п/игры «Удочка» | Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, 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:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  ***П:*** преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в п/игру «Удочка» | |  |
| 72 | | Усложненная полоса препятствий | |  |  | Разминка в движении. Усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку, п/игры «Удочка» | Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, 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 представлений о нравственных нормах. | | ***К***: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и излагать в устной форме***.***  ***Р:*** проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.  ***П:*** преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в п/игру «Удочка». | |  |
| 73 | | Прыжок в высоту с прямого разбега | |  |  | Разминка с мячами в движении. Техника прыжка высоту с прямого разбега. П/игра «Вышибылы» | Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега, правила игры «Вышибылы» | | | 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:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  ***П:*** прыгать в высоту с прямого разбега, играть в п/игру «Вышибылы» | |  |
| 74 | | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | |  |  | Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание». П/игра «Вышибылы» | Знать, как выполняется прыжок в высоту с разбега на результат, правила игры «Вышибылы» | | | 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:*** представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***П:*** выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», играть в п/игру «Вышибылы» | |  |
| **Знания о физической культуре** | | | | | | | | | | | | | | |
| 75 | | Физкультминутка | |  |  | Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминуток, прыжок в высоту способом «перешагивание», п/игра  «Вышибылы» | Знать, что такое физкультминутка, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила п/игры «Вышибылы» | | | 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:*** владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  ***П:*** уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в п/игру «Вышибылы» | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 76 | | Знакомство с опорным прыжком | |  |  | Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», опорный прыжок, п/игра «Ловишка» | Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила п/игры «Ловишка» | | | 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:*** выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», опорный прыжок, играть в п/игру «Ловишка» | |  |
| 77 | | Опорный прыжок | |  |  | Разминка с включением упражнений из физкультминуток, опорный прыжок. П/игра «Ловишка с мячом» | Знать технику выполнения опорного прыжка, 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:*** 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 опорный прыжок, играть в игру «Ловишка с мячом» | |  |
| 78 | | Контрольный урок по опорному прыжку | |  |  | Разминка с включением упражнений из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра. Подведение итогов четверти. | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной 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:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  ***П:*** выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее. | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | | | | |
| 79 | | Броски мяча через волейбольную сетку | |  |  | Разминка с мячами. Броски мяча через волейбольную сетку. П/игра «Вышибалы через сетку» | Знать технику выполнения бросков мяча через волейбольную сетку, 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)** | | | | | | | | | | | | | | |
| 80 | | Подвижная игра «Пионербол» | |  |  | Разминка с мячами. Техника броска мяча через волейбольную сетку на точность. П/игра Пионербол» | Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку, 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:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель  ***П***: бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в п/игру Пионербол» | |  |
| 81 | | Упражнения с мячом | |  |  | Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах. Волейбольные упражнения. Спортивная игра «Пионербол» | Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, 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:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  ***Р:*** осуществлять действия по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  ***П:*** выполнять волейбольные упражнения в парах, играть в спортивную игру «Пионербол». | |  |
| 82 | | Волейбольные упражнения | |  |  | Разминка с мячом в парах. Волейбольные упражнения, выполняемые через сетку. П/игра «Пионербол» | Знать, как выполнять волейбольные упражнения, 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 | | ***К:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** сотрудничать в совместном решении задач.  ***П:*** выполнять волейбольные упражнения, играть в п/игру «Пионербол» | |  |
| 83 | | Контрольный урок по волейболу. | |  |  | Разминка с мячом в движении. Знания и умения из области волейбола. П/игра «Пионербол» | Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие волейбольные 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** | | | | | | | | | | | | | | |
| 84 | | Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу» и «из-за головы». | |  |  | Разминка с набивными мячами. Техника броска набивного мяча «от груди» и «снизу», «из-за головы». П/игра «Точно в цель» | Знать, как выполнять броски набивного мяча «от груди» и «снизу», «из-за головы», 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***: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,устанавливать рабочие отношения.  ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий.  ***П:*** бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», «из-за головы», играть в п/игру «Точно в цель» | |  |
| 85 | | Броски набивного мяча правой и левой рукой | |  |  | Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча правой и левой рукой. П/игра «Точно в цель» | Знать технику 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:*** бросать набивной мяча «от груди», «снизу», «из-за головы», правой и левой рукой, играть в п/игру «Точно в цель» | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 86 | | 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 проведения тестирования 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:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, сохранять заданную цель  ***П:*** проходить тестирование виса на время, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| 87 | | 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.  ***П:*** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | | | | |
| 88 | | 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 прыжка в длину с места, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| **Гимнастика с элементами акробатики** | | | | | | | | | | | | | | |
| 89 | | Тестирование подтягиваний и отжиманий | |  |  | Разминка, направленная на координацию движений. Тестирование подтягиваний и отжиманий. П/игра «Борьба за мяч» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, 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.  ***П:*** проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в п/игру «Борьба за мяч» | |  |
| 90 | | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. | |  |  | Разминка, направленная на координацию движений. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Спортивная игра «Баскетбол» | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила с/игры «Баскетбол» | | | 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  ***П:*** проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в с/игру «Баскетбол» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | | | | |
| 91 | | Баскетбольные упражнения | |  |  | Разминка с мячом в движении. Броски мяча в баскетбольное кольцо. С/игра «Баскетбол» | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, 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:*** устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе.  ***Р:*** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности., сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять броски в баскетбольное кольцо различными способами, выполнять баскетбольные упражнения, 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 проведения тестирования 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 технику выполнения 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, развитие эстетических чувств, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | | ***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. Беговые упражнения. П/игра «Командные хвостики» | Знать технику выполнения беговых упражнений, правила п/игр «Командные хвостики» | | | 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,слушать и слышать друг друга.  ***Р:*** осуществлять действие по образцу и заданному примеру, сохранять заданную цель.  ***П:*** выполнять беговые упражнения, играть в п/игру «Командные хвостики» | |  |
| 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 проведения тестирования 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:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.  ***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 проведения 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. | |  |  | Беговая разминка. Тестирование метания мяча на дальность. П/игра «Флаг на башне» | Знать правила проведения тестирования метания мяча на дальность, правила п/игры «Флаг на башне» | | | 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  .***П:*** проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в п/игру «Флаг на башне» | |  |
| **Подвижные и спортивные игры** | | | | | | | | | | | | | | |
| 98 | Футбольные упражнения | | |  |  | Беговая разминка, разминка с мячами. С/игра «Мини-футбол». | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, 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:*** выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Мини-футбол». | |  |
| 99 | Спортивная игра «Мини-футбол». | | |  |  | Беговая разминка, разминка с мячами. Спортивная игра «Мини-футбол». | Знать правила спортивной игры «Мини-футбол». | | | 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:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  ***П:*** выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Мини-футбол». | |  |
| **Легкая атлетика** | | | | | | | | | | | | | | |
| 100 | Бег на 1000 м | | |  |  | Разминка, направленная на подготовку к бегу.. Бег на 1000 м. С/игра «Мини-футбол». | Знать правила проведения тестирования 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, эстафета с передачей эстафетной палочки. | Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр | | | 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:*** передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в выбранные спортивные игры. | |  |
| 102 | Подвижные и спортивные игры | | |  |  | Беговая разминка, подвижные и спортивные игры. Подведение итогов четверти и 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 |