**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**«Ачирская средняя общеобразовательная школа»**

**Рассмотрено Согласовано Утверждаю**

на заседании методического Заместитель директора школы Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_Г.Ш.Барсукова

объединения (протокол №\_\_\_\_) Приказ № \_\_\_\_\_ от « » \_\_\_\_\_\_\_2016 г.

Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_З.Т Барсукова

«\_\_\_» \_\_\_ \_\_\_\_\_\_ 2016 г. «\_\_\_» \_\_\_ \_\_\_\_ 2016 г.

**Рабочая программа по физической культуре**

**для учащихся 4 класса**

**на 2016-2017 учебный год**

Рабочую программу составила

 учитель начальных классов: Муталипова С.Н

 **2016г.**

**Пояснительная записка**

**Рабочая программа** по физической культуре для 1-4 классов разработана на основе:

«Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2010г.

Рабочая программа по физической культуре составлена на основании Федерального компонента государственного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.10.2009г. № 373 (ред. от 18.12.2012 г.) «Об утверждении и введении в действие ФГОС начального общего образования».

 **Цели физического воспитания в школе**:

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

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

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных **задач,** направленных на:

Укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Общая характеристика учебного предмета

 Важнейшим требованием современного урока является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, психики.Уроки должны проводиться на свежем воздухе. При обучении двигательным действиям уделять основное внимание овладению школой движений. У сочетать на уроке развитие координационных и кондиционных способностей обучением двигательных навыков. Следует выделить проблему оптимального соотношения методов стандартно- повторного и вариативного упражнения с широким применением игрового и доступного соревновательного метода. Младший школьный возраст благоприятен для развития координационных, скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости к умеренным нагрузкам.На уроках физической культуры в младших классах целесообразно опираться на межпредметные связи с природоведением, математикой, музыкой, ИЗО.Оценка успеваемости должна складываться главным образом из качественных критериев: качество овладения программным материалом, включающим теоретические и методические знания, способы двигательной, ФО и спортивной деятельности, а также количественных показателей, достигнутых в двигательных действиях. Учитель должен обеспечить каждому ученику одинаковый доступ к основам физической культуры, опираться на широкие и гибкие методы и средства обучения для развития детей с разным уровнем двигательных и психических способностей. Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна созвать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. В этой связи в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания в школе должны лежать идеи личностного и деятельностного подходов, оптимизация и интенсификации учебно-воспитательного процесса. Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Два раза в год во всех классах проводится диагностика физической подготовленности обучающихся для определения текущего (рубежного) уровня физической подготовленности. По окончании каждой ступени, обучающиеся должны показывать уровень результатов физической подготовленности не ниже, чем средний, соответствующий обязательному минимуму содержания образования.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» является обязательным предметом в средней школе и на его преподавание отводится 102 часа в год, при трехразовых занятиях в неделю. Программа рассчитана на 34 учебные недели в год.

  **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

В результате обучения обучающиеся на на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

**Знания о физической культуре**

**Выпускник научится:**

-ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

-раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

-ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

-характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

**Выпускник получит возможность научиться:**

*-выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;*

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

**Способы физкультурной деятельности**

**Выпускник научится:**

-отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

-организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

-измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

*-вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;*

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

*-выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах*.

**Физическое совершенствование**

**Выпускник научится:**

-выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

-выполнять организующие строевые команды и приёмы;

-выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

-выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

-выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);

-выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**Выпускник получит возможность научиться:**

*-сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*

*-выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*

*-играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;*

*-выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*

*-плавать, в том числе спортивными способами;*

*-выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).*

 **Содержание программы**

**Знания о физической культуре-5 часов**

Организационно методические требования на уроках физической культуры. Спортивная игра «футбол». Зарядка. Гимнастика её история и значение в жизни человека. Физкультминутка.

**Легкая атлетика-23 часов**

Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Челночный бег. Тестирование челночного бега 3×10 м. Тестирование бега на 60 м с высокого старта. Тестирование метания мешочка на дальность. Техника прыжка в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега на результат. Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега. Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места. Преодоление полосы препятствий. Усложненная полоса препятствий. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту способом «Перешагивание». Броски набивного мяча способами «от груди» , способом «снизу» и из-за «головы». Бросок набивного мяча правой и левой руками. Тестирование прыжка в длину с места. Тестирование метания малого мяча на точность. Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование челночного бега 3×10 м. Тестирование метания мешочка на дальность. Бег на 1000 м.

**Гимнастика с элементами акробатики-30 часов**

Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения, лежа за 30 с. Тестирование подтягивания и сгибания и разгибания рук в упоре. Тестирование виса на время. Кувырок вперед. Кувырок вперед с разбега и через препятствие. Кувырок назад. Круговая тренировка. Стойка на голове и руках. Гимнастические упражнения. Висы. Лазанье по гимнастической стенке и висы. Круговая тренировка. Прыжки в скакалку. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в два приёма. Круговая тренировка. Упражнения на гимнастической скамейке. Упражнения на перекладине. Махи на перекладине. Круговая тренировка. Вращение обруча. Круговая тренировка. Знакомство опорным прыжком. Опорный прыжок. Контрольный урок по опорному прыжку. Тестирование виса на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягивания сгибания и разгибания рук в упоре. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.

**Лыжная подготовка-12часов**

Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок. Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками. Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах. Попеременный одношажный ход на лыжах. Одновременный одношажный ход на лыжах. Подъём на склон «полуёлочкой», «ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах. Подъем на склон «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой». Подвижная игра на лыжах «Накаты». Подвижная игра на лыжах « Подними предмет». Прохождение дистанции 2 км на лыжах. Контрольный урок по лыжной подготовке

**Подвижные игры-32 часа**

 Техника паса в футболе. Контрольный урок по спортивной игре «футбол». Броски и ловля мяча в парах. Броски мяча в парах на точность. Броски и ловля мяча в парах. Броски и ловля мяча в парах у стены. Подвижная игра «Осада города». Броски и ловля мяча. Упражнения с мячом. Ведение мяча. Подвижные игры. Эстафеты с мячом. . Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра « Пионербол». Волейбол как вид спорта. Подготовка к волейболу . Контрольный урок по волейболу. Знакомство с баскетболом. Спортивная игра « Баскетбол». Спортивная игра « Баскетбол». Спортивная игра « Баскетбол». Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра « Пионербол». Упражнения с мячом. Волейбольные упражнения. Контрольный урок по волейболу. Баскетбольные упражнения. Спортивная игра « Баскетбол». Футбольные упражнения. Спортивная игра « Футбол». Спортивные игры. Подвижные спортивные игры.

 **Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Раздел | Кол-во часов | Кол-во к/р |
| **Знания о физической культуре**Организационно методические требования на уроках физической культуры. Спортивная игра «футбол». Зарядка. Гимнастика её история и значение в жизни человека. Физкультминутка. | 5 |  |
| **Легкая атлетика**Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Челночный бег. Тестирование челночного бега 3×10 м. Тестирование бега на 60 м с высокого старта. Тестирование метания мешочка на дальность. Техника прыжка в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега на результат. Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега. Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места. Преодоление полосы препятствий. Усложненная полоса препятствий. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту способом «Перешагивание». Броски набивного мяча способами «от груди» , способом «снизу» и из-за «головы». Бросок набивного мяча правой и левой руками. Тестирование прыжка в длину с места. Тестирование метания малого мяча на точность. Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование челночного бега 3×10 м. Тестирование метания мешочка на дальность. Бег на 1000 м. | 23 | 12 |
| **Гимнастика с элементами акробатики**Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения, лежа за 30 с. Тестирование подтягивания и сгибания и разгибания рук в упоре. Тестирование виса на время. Кувырок вперед. Кувырок вперед с разбега и через препятствие. Кувырок назад. Круговая тренировка. Стойка на голове и руках. Гимнастические упражнения. Висы. Лазанье по гимнастической стенке и висы. Круговая тренировка. Прыжки в скакалку. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в два приёма. Круговая тренировка. Упражнения на гимнастической скамейке. Упражнения на перекладине. Махи на перекладине. Круговая тренировка. Вращение обруча. Круговая тренировка. Знакомство опорным прыжком. Опорный прыжок. Контрольный урок по опорному прыжку. Тестирование виса на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягивания сгибания и разгибания рук в упоре. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. | 30 | 9 |
| **Лыжная подготовка**Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок. Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками. Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах. Попеременный одношажный ход на лыжах. Одновременный одношажный ход на лыжах. Подъём на склон «полуёлочкой», «ёлочкой» и спуск в основной стойке на лыжах. Подъем на склон «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой». Подвижная игра на лыжах «Накаты». Подвижная игра на лыжах « Подними предмет». Прохождение дистанции 2 км на лыжах. Контрольный урок по лыжной подготовке | 12 | 1 |
| **Подвижные игры**Техника паса в футболе. Контрольный урок по спортивной игре «футбол». Броски и ловля мяча в парах. Броски мяча в парах на точность. Броски и ловля мяча в парах. Броски и ловля мяча в парах у стены. Подвижная игра «Осада города». Броски и ловля мяча. Упражнения с мячом. Ведение мяча. Подвижные игры. Эстафеты с мячом. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра « Пионербол». Волейбол как вид спорта. Подготовка к волейболу. Контрольный урок по волейболу. Знакомство с баскетболом. Спортивная игра « Баскетбол». Спортивная игра « Баскетбол». Спортивная игра « Баскетбол». Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра « Пионербол». Упражнения с мячом. Волейбольные упражнения. Контрольный урок по волейболу. Баскетбольные упражнения. Спортивная игра «Баскетбол». Футбольные упражнения. Спортивная игра « Футбол». Спортивные игры. Подвижные спортивные игры. | 32 | 3 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Дата****проведения** | **Тема****урока** | **Элементы содержания** | **Планируемые результаты** |
| **план** | **факт** | **Предметные** | **Метапредметные УУД** | **Личностные УУД** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **8** | **9** | **10** | **11** |
| 1 |  |  | Инструктаж по охране труда и ТБ на цуроках легкой атлетики.Организационно методические требования на уроках физической культуры. | Ознакомительно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, разминка в движении, подвижные игры «Ловишка», «Колдунчики» | Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка», «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** уметь рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка», «Колдунчики». | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 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» | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки с домиками», «Салки-дай руку» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки с домиками», «Салки-дай руку» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |
| 3 |  |  | Челночный бег | Беговая разминка, челночный бег, подвижная игра «Флаг на башне» | Знать технику челночного бега правила подвижной игры «Флаг на башне» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** выполнять челночный бег, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 4 |  |  | Тестирование челночного бега 3×10 м | Беговая разминка, тестирование челночного бега 3×10 м, подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3×10 м, разные варианты правил подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.***Познавательные:*** проходить тестирование челночного бега 3×10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики». | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 5 |  |  | Тестирование бега на 60 м с высокого старта | Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстро» | Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстро» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.***Познавательные:*** проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстро» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни. |
| 6 |  |  | Тестирование метание мешочка на дальность | Беговая разминка мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, разучивание метания мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |
| 7 |  |  | Техника паса в футболе | Разминка в движении, техника паса в футболе, подвижная игра «собачки ногами» | Знать какие вариантов пасов можно применять в футболе, правила подвижной игры «Собачки ногами» | ***Коммуникативные:*** уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 8 |  |  | Спортивная игра «Футбол» | Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол» | Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Футбол». | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 9 |  |  | Техника прыжка в длину с разбега | Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол» | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** представить конкретное содержание и сообщить его в устной форме.***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 10 |  |  | Прыжок в длину с разбега на результат | Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол» | Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 11 |  |  | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки» | Знать как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.***Познавательные:*** выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 12 |  |  | Контрольный урок по футболу | Разминка в движении, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 13 |  |  | Тестирование метания мяча на точность | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 14 |  |  | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Разминка с малыми мячами, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Перестрелка» | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 15 |  |  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Перестрелка» | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Перестрелка» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть подвижную игру «Перестрелка» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 16 |  |  | Тестирование прыжка в длину с места | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование в длину с места, подвижная игра «Волк во рву» | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование прыжка в длину с места, играть подвижную игру «Волк во рву» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 17 |  |  | Тестирование потягиваний и отжиманий | Разминка с гимнастическими палками, тестирование подтягиваний и отжиманий, подвижная игра «Антивышибалы» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 18 |  |  | Тестирование виса на время | Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Вышибалы» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование виса на время, играть подвижную игру «Вышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 19 |  |  | Броски и ловля мяча в парах | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Защита стойки» | Знать варианты бросков и ловли в парах, правила подвижной игры «Защита стойки» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.***Познавательные:*** бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. |
| 20 |  |  | Броски мяча в парах на точность | Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита стойки» | Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.***Познавательные:*** выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. |
| 21 |  |  | Броски и ловля мяча в парах | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность, подвижная игра «Капитаны» | Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватность оценивать свои действия и действия партнеров.***Познавательные:*** бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 22 |  |  | Броски и ловля мяча в парах у стены | Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная игра «Капитаны» | Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила подвижной игры «Капитаны» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.***Познавательные:*** бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, принятие и освоение социальной роли обучающегося |
| 23 |  |  | Подвижная игра «Осада города» | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада города» | Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 24 |  |  | Броски и ловля мяча | Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города» | Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 25 |  |  | Упражнения с мячом | Разминка с мячом, броски и ловля мяча, подвижная игра «Штурм» | Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 26 |  |  | Ведение мяча | Разминка с мячом, варианты ведения мяча, подвижная игра «Штурм» | Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 27 |  |  | Подвижные игры | Беговая разминка, подвижные игры, итоги четверти | Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** уметь выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 28 |  |  | Кувырок вперед | Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов, подвижная игра «Удочка» | Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств  |
| 29 |  |  | Кувырок вперед с разбега и через препятствие | Разминка на матах, кувырок вперед с места, с разбега, через препятствие, подвижная игра «Удочка» | Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 30 |  |  | Зарядка  | Зарядка, техника различных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» | Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуациях, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 31 |  |  | Кувырок назад | Зарядка, кувырок назад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле» | Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** умение делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 32 |  |  | Круговая тренировка | Зарядка, круговая тренировка, игровое упражнение на внимание | Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.***Познавательные:*** уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 33 |  |  | Стойка на голове и руках | Зарядка, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты» | Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 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, подвижная игра «Парашютисты» | Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и на руках, играть в подвижную игру «Парашютисты» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 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 | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.***Познавательные:*** выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 36 |  |  | Висы | Разминка на матах, висы, подвижная игра «Ловля обезьян» | Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять правила подвижной игры «Ловля обезьян» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.***Познавательные:*** выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям |
| 37 |  |  | Лазанье по гимнастической стенке и висы | Разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом» | Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения виса завесом одной и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 38 |  |  | Круговая тренировка | Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.***Познавательные:*** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 39 |  |  | Прыжки в скакалку | Разминка со скалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия» | Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя***,*** уметь работать в группе.***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** прыгать со скакалкой и в скакалку, играть подвижную игру «Горячая линия» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 40 |  |  | Прыжки в скакалку в тройках | Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках подвижная игра «Горячая линия» | Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя***,*** уметь работать в группе.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 41 |  |  | Лазанье по канату в два приема | Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен» | Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности***Познавательные:*** залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 42 |  |  | Круговая тренировка | Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра «Игра в мяч с фигурами» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 43 |  |  | Упражнения на гимнастическом бревне | Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» | Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу.***Познавательные:*** выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 44 |  |  | Упражнения на гимнастических кольцах | Разминка на скамейках, упражнения на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч» | Знать комбинацию на гимнастических кольцах, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***.******Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности***Познавательные:*** выполнять упражнения на гимнастических кольцах и гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 45 |  |  | Махи на гимнастических кольцах | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочками на голове» | Знать, как выполнять махи ивыкрут на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу ***Познавательные:*** выполнять махи и выкрут на кольцах, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости |
| 46 |  |  | Круговая тренировка | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого***Познавательные:*** выполнять махи и выкрут на кольцах, лазать по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 47 |  |  | Вращение обруча | Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра «Катание колеса» | Знать, какие варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 48 |  |  | Круговая тренировка | Разминка с обручами, стойка на голове, стойка на руках, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса» | Знать технику выполнения стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса» | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***.******Регулятивные:*** сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого***Познавательные:*** выполнять стойку на голове и пуках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 49 |  |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок | Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и инвентарь, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок | Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом на лыжах без лыжных палок | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию***Познавательные:*** уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 50 |  |  | Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками | Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты переступанием | Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.***Познавательные:*** передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 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, а также поворотов на лыжах прыжком | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***,*** слушать и слышать друг друга***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель***Познавательные:*** поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 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 | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***,*** слушать и слышать друг друга***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель***Познавательные:*** передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 53 |  |  | Одновременный одношажный ход на лыжах | Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгона на лыжне | Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне | ***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу***,*** слушать и слышать друг друга***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель***Познавательные:*** передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 54 |  |  | Подъем на склон «елочк- ой» «полуелочкой» и спуск в основной стойке на лыжах | Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке | Знать, как передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель***Познавательные:*** передвигаться на лыжах, подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой», спускаться со склона в основной стойке | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 55 |  |  | Подъем на склон «лесенкой», торможение «плуг-ом» на лыжах | Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом» | Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели***Познавательные:*** кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 56 |  |  | Передвижение и спуск на лыжах «змейкой» | Лыжные ходы, подъем на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой» | Знать технику выполнения лыжных ходов, подъема на склон, торможения «плугом», спуска со склона на лыжах «змейкой» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого***Познавательные:*** передвигаться на лыжах, спускаться со склона и подниматься на склон, тормозить «плугом», спускаться со склона «змейкой» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 57 |  |  | Подвижная игра на лыжах «Накаты» | Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой» подвижная игра «Накаты» | Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель***Познавательные:*** передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 58 |  |  | Подвижная игра на лыжах «Подними предмет» | Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет» | Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 59 |  |  | Прохождение дистанции 2 км на лыжах | Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободного катания | Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 2 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель***Познавательные:*** проходить дистанцию 2 км, спускаться со склона в низкой стойке | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 60 |  |  | Контрольный урок по лыжной подготовке | Лыжные ходы, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск в низкой стойке, спуск с упражнением «Подними предмет», торможение «плугом» | Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения  ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого***Познавательные:***передвигаться на лыжах, передвигаться на лыжах «змейкой», подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, тормозить «плугом», спускаться со склона с упражнением «Подними предмет» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 61 |  |  | Эстафеты с мячом | Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижная игра с мячами-хопами | Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу***Познавательные:*** участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 62 |  |  | Броски мяча через волейбольную сетку | Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать, какие варианты бросков через сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату,адекватно оценивать свои действия и действия партнеров***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 63 |  |  | Подвижная игра «Пионербол» | Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку | Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 64 |  |  | Волейбол как вид спорта | Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пионербол» | Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, российский народ, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 65 |  |  | Подготовка к волейболу | Разминка с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения  ***Регулятивные:*** владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач***Познавательные:*** применять умения и значения из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, российский народ, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 66 |  |  | Контрольный урок по волейболу | Разминка с мячом в движении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров ***Познавательные:*** применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 67 |  |  | Знакомство с баскетболом  | Разминка с мячом на месте и в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию ***Познавательные:*** бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 68 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка с мячом на месте и в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию ***Познавательные:*** бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 69 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольные кольца, спортивная игра «Баскетбол» | Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель***Познавательные:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо различенными способами, играть в баскетбол | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 70 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольные кольца, спортивная игра «Баскетбол» | Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель***Познавательные:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо различенными способами, играть в баскетбол | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 71 |  |  | Полоса препятствий | Разминка в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка» | Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности***Познавательные:*** преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 72 |  |  | Усложненая полоса препятствий | Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка» | Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности***Познавательные:*** преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 73 |  |  | Прыжок в высоту с прямого разбега | Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями» | Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 74 |  |  | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением» | Знать технику выполнения прыжка с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением" | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 75 |  |  | Физкультминутка | Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминуток, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением» | Знать, что такое физкультминутки, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением» | ***Коммуникативные:*** владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими с синтетическими нормами родного языка.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям |
| 76 |  |  | Знакомство с опорным прыжком | Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыжок в высоту спиной вперед, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хопах» | Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хопах» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |
| 77 |  |  | Опорный прыжок | Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок подвижная игра «Ловишка на хопах» | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка га хопах» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. |
| 78 |  |  | Контрольный урок по опорному прыжку | Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной подвижной игры | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 79 |  |  | Броски мяча через волейбольную сетку | Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку» | Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты |
| 80 |  |  | Подвижная игра «Пионербол» | Разминка с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча, подвижная игра «Пионербол» | Знать технику выполнения бросков мяча через сетку, варианты ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 81 |  |  | Упражнения с мячом | Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол» | Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера***Регулятивные:*** осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату***Познавательные:*** выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 82 |  |  | Волейбольные упражнения | Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения***Регулятивные:*** сотрудничать в совместном решении задач.***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 83 |  |  | Контрольный урок по волейболу | Разминка с мячом в движении, умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол» | Знать технику выполнения волейбольных упражнений, правила подвижной игры «Пионербол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.***Познавательные:*** применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 84 |  |  | Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», подвижная игра «Точно в цель» | Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу», «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 85 |  |  | Броски набивного мяча правой и левой рукой | Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель» | Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** осуществлять свою деятельность по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель». | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 86 |  |  | Тестирование виса на время | Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч» | Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель***Познавательные:*** проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 87 |  |  | Тестирование наклона из положения стоя | Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона из положения стоя | Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 88 |  |  | Тестирование прыжка в длину с места | Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол» | Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 89 |  |  | Тестирование подтягиваний и отжиманий | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий, спортивная игра «Гандбол» | Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в спортивную игру «Гандбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 90 |  |  | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | Разминка, направленная на развитие координации движений, проведение тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Баскетбол» | Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения, лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 91 |  |  | Баскетбольные упражнения | Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. |
| 92 |  |  | Тестирование метания малого мяча на точность | Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол» | Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 93 |  |  | Спортивная игра «Баскетбол» | Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол» | Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, устанавливать рабочие отношения***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 94 |  |  | Беговые упражнения | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики» | Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 95 |  |  | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ночной мяч» | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ночной мяч» | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ночной мяч» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 96 |  |  | Тестирование челночного бега 3×10 м | Беговая разминка, тестирование челночного бега 3×10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3×10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование челночного бега 3×10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. |
| 97 |  |  | Тестирование метания мешочка на дальность | Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность и подвижная игра «Флаг на башне» | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры «Флаг на башне» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.***Познавательные:*** проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 98 |  |  | Футбольные упражнения | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продукции кооперации, слушать и слышать друг друга.***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущуюся силу своего научения, свою способность к продлению препятствий и самокоррекции.***Познавательные:*** выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 99 |  |  | Спортивная игра «Футбол» | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол» | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 100 |  |  | Бег на 1000 м | Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол» | Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности ***Познавательные:*** пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости в свободе |
| 101 |  |  | Спортивные игры | Разминка в движении, спортивные игры, эстафета с передачей эстафетной палочки | Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 102 |  |  | Подвижные спортивные игры | Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года | Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.***Познавательные:*** играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |