**C:\Users\User\Desktop\сканирование0003.tif ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, основана на программе предметной линии учебников В.И. Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы» (М.: Просвещение).

**Общая характеристика предмета**

Физическая культура – это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутки, зарядки и т.п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры во второй половине дня), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т.п.) – достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

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

***Задачи обучения:***

* укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
* формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
* овладение школой движений;
* развитие координационных (точность, воспроизведение и дифференци-рование пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростно-силовые, выносливость, гибкость) способностей;
* формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных и кондиционных способностей;
* выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
* формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
* приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
* воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (восприятие и представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Общая характеристика курса**

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

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

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

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

**Место учебного предмета в учебном плане**

На курс «Физическая культура» в 4 классе отводится 102 часа, по 3 часа в неделю. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

**Содержание учебного предмета**

**1. Знания о физической культуре (6 ч)**

Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Спортивная игра «Футбол». Зарядка. Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Физкультминутка.

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Выполнять организационно- методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры;
* Выполнять строевые упражнения;
* Выполнять упражнения для утренней зарядки;
* Давать ответы на вопросы к рисункам в учебнике.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Выполнять существующие варианты паса мяча ногой;
* Соблюдать правила спортивной игры «Футбол»;
* Выполнять футбольные и волейбольные упражнения;
* Рассказывать историю появления мяча и футбола;
* Рассказывать, что такое зарядка и физкультминутка;
* Рассказывать, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека;
* Давать оценку своим привычкам, связанными с режимом дня, с помощью тестового задания «Проверь себя»;
* Анализировать ответы своих сверстников.
* Составлять индивидуальный режим дня.
* Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.

**2. Гимнастика с элементами акробатики (36 ч)**

Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Тестирование подтягиваний и отжиманий. Тестирование виса на время. Кувырок вперед. Кувырок вперед с разбега и через препятствие. Кувырок назад. Круговая тренировка. Стойка на голове и на 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 приема. Круговая тренировка. Упражнения на гимнастическом бревне. Упражнения на гимнастических кольцах. Махи на гимнастических кольцах. Круговая тренировка. Вращение обруча. Круговая тренировка. Знакомство с опорным прыжком. Опорный прыжок. Контрольный урок по опорному прыжку. Тестирование виса на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягиваний и отжиманий. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Выполнять строевые упражнения;
* Выполнять наклон вперед из положения сидя и стоя;
* Выполнять различные варианты висов, вис с завесом одной и двумя ногами;
* Выполнять кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад;
* Выполнять стойку на голове, на руках, на лопатках;
* Выполнять мост;
* Выполнять упражнения на гимнастическом бревне;
* Выполнять упражнения на кольцах;
* Выполнять опорный прыжок;
* Проходить станции круговой тренировки;
* Лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема;
* Прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках;
* Крутить обруч;
* Выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, с мячами, с набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами;
* Подтягиваться, отжиматься.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Правилам тестирования наклона вперед из положения стоя;
* Правилам тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись;
* Правилам тестирования виса на время;
* Выполнять различные упражнения на кольцах бревне;
* Выполнять различные варианты вращения обруча;
* Правилам тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с;
* Правильно оценивать свое самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками;
* Определять основные показатели физического развития и физических способностей и выявлять их прирост в течение учебного года;
* Записывать результаты контрольных упражнений в дневник самоконтроля;
* Давать оценку своим навыкам самоконтроля с помощью тестового задания «Проверь себя».
* Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений.
* Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйсь!», «Стой!».
* Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.
* Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.
* Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.
* Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.
* Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.
* Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
* Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.
* Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.

**3. Легкая атлетика (28 ч)**

Тестирование бега на 30м с высокого старта. Челночный бег. Тестирование челночного бега 3х10м. Тестирование бега на 60 м с высокого старта. Тестирование метания мешочка на дальность. Техника прыжка 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. Полоса препятствий. Усложненная полоса препятствий. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту способом «перешагивания». Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Броски набивного мяча правой и левой рукой. 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 3х10 м. Тестирование метания мешочка на дальность. Бег на 1000 м.

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Пробегать 30 и 60м на время;
* Выполнять челночный бег;
* Метать мешочек на дальность и мяч на точность;
* Прыгать в длину с места и с разбега;
* Прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием;
* Проходить полосу препятствий;
* Бросать набивной мяч способами «из –за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой;
* Пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Правилам соревнований в беге, прыжках, метаниях;
* Описывать технику беговых упражнений;
* Осваивать технику бега различными способами;
* Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений;
* Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений;
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений;
* Описывать технику прыжковых упражнений.
* Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений;
* Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений;
* Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений;
* Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений;
* Описывать технику бросков большого набивного мяча;
* Осваивать технику бросков большого мяча;
* Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча;
* Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча;
* Описывать технику метания малого мяча;
* Осваивать технику метания малого мяча;
* Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча;
* Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.

**4. Подвижные и спортивные игры (32 ч)**

Пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, удары и броски по воротам, броски и ловля мяча самостоятельно и в парах, броски мяча в баскетбольное кольцо различными способами, подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка на хопах», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки – дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Вышибалы с ранением»,«Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

***В результате изучения темы учащиеся научатся:***

* Давать пас ногами и руками;
* Выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из – за боковой;
* Выполнять броски и ловлю мяча различными способами;
* Выполнять футбольные упражнения, стойку баскетболиста;
* Выполнять ведение мяча на месте, в движении, правой и левой рукой;
* Участвовать в эстафетах;
* Бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами;
* Играть в подвижные игры.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;
* Излагать правила и условия проведения подвижных игр;
* Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр;
* Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;
* Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;
* Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
* Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;
* Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;
* Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр;
* Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр;
* Осваивать технические действия из спортивных игр;
* Моделировать технические действия в игровой деятельности;
* Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр;
* Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр;
* Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой
* Деятельности;
* Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения;
* Развивать физические качества.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Тема**  **урока** |  | **Тип**  **урока** | **Виды**  **деятельности**  **(элементы**  **содержания,**  **контроль)** | **Предметные УДД** | **Метапредметные УДД** | **Личностные УДД** | **Домашнее задание** |
| 1 | Организа­ционно-методиче­ские требования на уроках физической культуры |  | Ознакомление с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, разучивание разминки в движении, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики» | Организационно-методичес-кие требования, применяемыми на уроках физической культуры, строевые упражнения, разминка в движении, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики» | Знать организацион­но-методи-ческие требования, применяемые на уроках физической культуры; строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «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 рассказать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики» | Развитие мотивов учебной деятельно­сти и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социаль­ной роли обучающе­гося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Пригото­вить спортив­ную форму |
| 2 | Тестирова­ние бега на 30 м с вы­сокого старта | Разучивание разминки в движении. Проведение тес­тирова-ния бега на 30 м с высо­кого старта и под­вижных игр «Салки с домиками» и «Салки – дай руку» | | Раз­минка в движении. Тести­рование бега на 30 м с высо­кого старта. Подвижные игры «Салки с домиками» и «Салки – дай руку» | Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила под­вижных игр «Салки с домиками» и «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» и «Салки – дай руку» | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои по­ступки на основе представлений о нравственных нор­мах, социальной справедливости и свободе | Повторить беговые упражнения |
| 3 | Челночный бег | Разучивание беговой разминки, повторе­ние техники челночного бега и под­вижной игры «Флаг на башне» | | Беговая разминка; челночный бег, подвижная игра «Флаг на башне» | Знать тех­нику челночного бега, правила подвижных игр «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 | Повторить технику поворота в челночном беге |
| 4 | Тестирование челночного бега на 3х10 м | Повторение беговой разминки. Проведение тестирования челночного бега 3х10 м и подвижной игры «Колдунчики» | | Беговая разминка; тестирование челночного бега 3х10 м; подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3х10 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 3х10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить технику высокого старта |
| 5 | Тестирование бега на 60 м с высокого старта | Разучивание беговой разминки с мешочками, проведение тестирования бега на 60 м с высокого старта, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | | Беговая разминка с мешочками. Тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования бега на 60 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.  *Регулятивные:*самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.  *Познавательные:*проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной 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 и здоровый образ жизни | Повторить метание мяча |
| 6 | Тестирование метания мешочка на дальность | Повторение беговой разминки с мешочками, проведение тестирования метания мешочка на дальность, разучивание метания мешочка на дальность с разбега, повторение подвижной игры «Колдунчики» | | Беговая разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, метания мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики» | Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нор­мах, социальной справедливости и свободе | Узнать историю появления мяча |
| 7 | Техника паса в футболе | Разучивание разминки в движении. Осваивание техники паса в футболе. Повторение подвижной игры «Собачки ногами» | | Разминка в движении. Тех-ника паса в футболе. Подвижная игра «Собачки ногами» | Знать, какие варианты 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 движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  *Познавательные:*выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной 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 | Узнать историю появления футбола |
| 8 | Спортивная игра «Футбол» | Повторение разминки в движении, знакомство с историей футбола, совершенствование техники выполнения пасов мяча ногой. Повторение спортивной игры «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:*с слушать и слышать друг друга, 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 мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной 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 | Повторить прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» |
| 9 | Техника прыжка в длину с разбега | Разучивание разминки на месте. Повторение техники прыжка в длину с разбега. Повторение спортивной игры «Футбол» | | Разминка на месте. Техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол» | Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол» | *Коммуникативные:*представлять конкретное содержание и сообщать 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 и здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить упражнение на равновесие |
| 10 | Прыжок в длину с разбега на результат | Повторение разминки на месте. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Проведение спортивной игры «Футбол» | | 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 продуктивной 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 и здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить отжимания от пола |
| 11 | Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега | Разучивание разминки в движении. Проведение контрольных прыжков в длину с разбега. Разучивание подвижной игры «Командные собачки» | | 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить приседания |
| 12 | Контрольный урок по футболу | Повторение разминки в движении. Проведение контрольных футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол» | | 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 формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.  *Познавательные:*играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Приготовить спортивную форму для зала |
| 13 | Тестирование метания малого мяча на точность | Разучивание разминки с малыми мячами. Проведение тестирования по метанию малого мяча на точность. Повторение подвижной игры «Вышибалы» | | Разминка с малым мячом. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Вышибалы» | Знать правила проведения тестирования метания 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить наклоны вперед из положения стоя |
| 14 | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Повторение разминки с малыми мячами. Проведение тестирования наклона вперед из положения стоя. Повторение подвижной игры «Перестрелка» | | 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-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Повторить подъемы туловища из положения лежа |
| 15 | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с | Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Повторение подвижной игры «Перестрелка» | | 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 из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Потренироваться запоминать 25-секундный временной отрезок |
| 16 | Тестирование прыжка в длину с места | Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования прыжка в длину с места. Повторение подвижной игры «Волк во рву» | | Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование прыжка 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 продуктивной кооперации.  *Регулятивные:*адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.  *Познавательные:*проходить тестирования прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить отжимания от пола |
| 17 | Тестирование подтягиваний и отжиманий | Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования подтягиваний и отжиманий. Повторение подвижной игры «Антивышибалы» | | 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить висы на перекладине или гимнастической стенке |
| 18 | Тестирование виса на время | Повторение разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время и подвижной игры «Вышибалы» | | 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 в подвижную игру «Вышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Подготовить сообщение о каких-нибудь видах спорта с ошибками, чтобы запутать слушателей |
| 19 | Броски и ловля мяча в парах | Разучивание разминки с мячами. Повторение техники бросков и ловли мяча в парах. Разучивание подвижной игры «Защита стойки» | | Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах. Подвижная игра «Защита стойки» | Знать варианты бросков и ловли мяча 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 в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Повторить прямой шпагат |
| 20 | Броски мяча в парах на точность | Повторение разминки с мячами. Разучивание бросков мяча в парах на точность. Проведение подвижной игры «Защита стойки» | | Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность. Подвижная игра «Защита стойки» | Знать, какие варианты бросков мяча 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, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Повторить прямой шпагат |
| 21 | Броски и ловля мяча в парах | Разучивание разминки с мячом в парах. Проведение бросков и ловли мяча в парах на точность. Разучивание подвижной игры «Капитаны» | | Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность. Подвижная игра «Капитаны» | Знать, как выполнять броски и ловлю 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, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  *Познавательные:*бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны» | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками 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 | Повторить продольные шпагаты правой и левой ногой |
| 22 | Броски и ловля мяча в парах у стены | Повторение разминки с мячами в парах. Разучивание бросков и ловли мяча в парах у стены. Повторение подвижной игры «Капитаны» | | 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 траекторию 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, 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 | Бросать различные небольшие предметы (мягкие игрушки) из руки в руку. |
| 23 | Подвижная игра «Осада города» | Разучивание разминки с массажными мячами. Повторение бросков и ловли мяча в парах у стены. Повторение подвижной игры «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 мя-ча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами |
| 24 | Подвижные игры | Проведение беговой разминки. и 2-3 игр, выбранных по желанию учеников | | Беговая разминка, подвижные игры | Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения | *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 | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Индивидуальные задания |
| 25 | Кувырок вперед | Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с места и с трех шагов, проведение подвижной игры «Удочка» | | 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 | Повторть перекаты назад-вперед в группировке |
| 26 | Кувырок вперед с разбега и через препятствие | Повторение разминки на матах, совершенствование техники кувырка вперед как с места, так и с разбега и через препятствие, проведение подвижной игры «Удочка» | | Разминка на матах. Кувырок вперед с места, с разбега и 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 места, 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 | Повторить «Основные правила выполнения зарядки» |
| 27 | Зарядка | Разучивание зарядки, совершенствование техники выполнения различных вариантов кувырка вперед, проведение подвижной игры «Мяч в туннеле» | | Зарядка. Техника выполнения 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 кувырка вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | 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 | Повторить кувырки |
| 28 | Кувырок назад | Повторение зарядки и техники выполнения кувырка назад, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле» | | 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 продуктивной кооперации..  *Регулятивные:*осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  *Познавательные:*уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Придумать комплекс круовой тренировки |
| 29 | Круговая тренировка | Повторение зарядки, проведение круговой тренировки и игрового упражнения на внимание | | 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 излагать 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 | Спортивня форма |
| 30 | Стойка на голове и руках | Проведение зарядки с помощью учеников. Повторение техники выполнения стойки на голове и руках. Проведение подвижной игры «Парашютисты» | | 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 голове и руках, 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 | Повторить правила составления зарядки, придумать упражнения с гимнастическими палками |
| 31 | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека | Знакомство с гимнастикой, ее историей и значением в жизни человека, проведение зарядки с гимнастическими палками с помощью учеников, совершенствование техники выполнения стойки на голове и руках. Повторение подвижной игры «Парашютисты» | | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками. Стойка на голове. Стойка на руках. Подвижная игра «Парашютисты»» | Знать историю гимнастики, ее история и значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и на руках, правила игры «Парашютисты» | *Коммуникативные:*добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.  *Регулятивные:*самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять 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 и чувств | Узнать об истории появления гимнастики |
| 32 | Гимнастические упражнения | Разучивание разминки на гимнастических матах с мячом, совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений, проведение игрового упражнения на внимание | | 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; | Повторить висы и отжимания |
| 33 | Висы | Проведение разминки на матах с мячом. Выполнение различных вариантов висов, проведение подвижной игры «Ловля обезьян» | | Разминка на матах с мячом. 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 излагать его в устной форме.  *Регулятивные:*самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *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-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Придумать свои варианты висов |
| 34 | Лазанье по гимнастической стенке и висы | Разучивание разминки с гимнастическими палками, повторение техники лазанья по гимнастической стенке, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами,, проведение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом» | | 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 с мячом» | *Коммуникативные:*с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:*определять новый уровень отношения к самому чебе 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить шпагаты – прямой и продольные |
| 35 | Круговая тренировка | Повторение разминки с гимнастическими палками, проведение круговой тренировки и подвижной игры «Удочка» | | Разминка с гимнастическими палками. Круговая тренировка Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Удочка» | *Коммуникативные:*представлять конкретное содержание и излагать 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 | Повторить приседания или прыжки в скакалку |
| 36 | Прыжки в скакалку | Разучивание разминки со скакалками. Повторение техники прыжков в скакалку. Проведение подвижной игры «Горячая линия» | | Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку. Подвижная игра «Горячая линия» | Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила 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 в подвижную игру «Горячая линия» | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | Повторить наклоны из положения стоя |
| 37 | Прыжки в скакалку в тройках | Повторение разминки со скакалками. Повторение прыжков в скакалку в тройках. Проведение подвижной игры «Горячая линия» | | 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 игры «Горячая линия» | *Коммуникативные:*слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.  *Регулятивные:*осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  *Познавательные:*прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной 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 | Повторить приседания |
| 38 | Лазанье по канату в два приема | Разучивание разминки со скакалками, лазанья по канату в два приема, повторение лазанья по канату в три приема и прыжков в скакалку в тройках, разучивание подвижной игры «Будь осторожен» | | Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в два и три приема. 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 излагать 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-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Измерить рост, массу, окружность грудной клетки, записать данные в дневник |
| 39 | Круговая тренировка | Повторение разминки со скакалками, проведение круговой тренировки, разучивание подвижной игры «Игра в мяч с фигурами» | | Разминка со скакалками. 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 конкретно 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 | Выполнить отжимания от пола, записать результат в дневник |
| 40 | Упражнения на гимнастическом бревне | Разучивание разминки на гимнастических скамейках, проведение упражнений на гимнастическом бревне. Разучивание подвижной игры «Салки и мяч» | | 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 конкретно содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  *Регулятивные:*контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  *Познавательные:*выполнять упражнения на 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 | Выполнить прыжок в высоту с места, записать результат в дневник с/к, принести дневник |
| 41 | Упражнения на гимнастическом бревне | Повторение разминки на скамейках, упражнение на гимнастическом бревне, подвижной игры «Салки и мяч» | | Разминка на скамейках. Упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на гимнастических кольцах. 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 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 | Выполнить подбрасывание малого мяча и записать результат в дневник |
| 42 | Махи на гимнастических кольцах | Разучивание разминки с резиновыми кольцами, махов и выкрута на кольцах, повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | | Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | *Коммуникативные:*эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной 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, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости | Выполнить наклоны из положения стоя и записать результат в дневник с/к |
| 43 | Круговая тренировка | Повторение разминки с резиновыми кольцами, махов и выкрута на гимнастических кольцах, проведение лазанья по наклонной гимнастической скамейке и круговой тренировки, повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | | 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 продуктивной 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-нравствен-ной 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 | Повторить отжимания от пола |
| 44 | Вращение обруча | Разучивание разминки с обручами. Повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Катание колеса» | | Разминка с обручами. Варианты вращения обруча. Подвижная игра «Катание колеса» | Знать, какие различные 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 движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  *Познавательные:*вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить перекаты назад-вперед в группировке и вправо-влево |
| 45 | Круговая тренировка | Повторение разминки с обручами, стойки на голове и руках, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Катание колеса» | | 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 руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Бывать на свежем воздухе, кататься с горы на санках, лыжах, коньках и т.п. |
| 46 | Полоса препятствий | Разучивание разминки в движении. Прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку. Повторение подвижной игры «Удочка» | | Разминка в движении. 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 полосу препятствий, выполнять упражнения подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Повторить лазанье по канату, гимнастической стенке или отжимания от пола |
| 47-48 | Усложненная полоса препятствий | Проведение разминки в движении. Преодоление усложненной полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, порведение подвижной игры«Удочка» | | Разминка в движении. Усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку. Подвижная игра  «Удочка» | Знать, как проходить усложненную 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-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Повторить выпрыгивания с двух ног или приседания |
| 49 | Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, одежда, обувь лыжника. | Как правильно вести себя на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, одежда, обувь лыжника. | | Лыжная подготовка. | Научится вести себя на уроке по лыжной подготовке и соблюдать подготовку формы к уроку | *Регулятивные* применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке.  *Познавательные:* давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе.  : *Коммуникативные* осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь. | Внутренняя позиции школьника на основе положительного отношения к школе . | Принести лыжи |
| 50-51 | Скользяий и ступающий шаг на лыжах безыжных палок | Как выполнять технику скользящего и ступающего хода на оценку. Как преодолеть дистанцию 1 км. | | Скользяий и ступающий шаг на лыжах безыжных палок техника | Научиться скользящему и ступающему шагу на лыжах без лыжных палок | Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.  Позновательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств.  Комуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. | Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки. | Повторить приседания |
| 52-54 | Повторить попеременный и одновременный двухшажный ход | Совершенствовать технику бесшажного одновременного хода и попеременных ходов. | | Как правильно выполнять технику  попеременного и одновременного двухшажных ходов. | Научиться попеременно и одновременно двухшажному ходу. | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.  П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. | Описывать технику передвижения на лыжах. | Повторить отжимания от пола |
| 55-56 | Подъем елочкой на склоне 45˚  Техника спусков. Дистанция 2 км. | Как выполнить подъем елочкой на склоне 45˚  Как правильно выполнит технику спусков. Как преодолеть дистанцию 2 км. | | Подъем елочкой, спуск. | Научиться выполнять подъем елочкой и технику спуска. | Р.: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке.  П.: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. | Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно. | Повторить изучиные ходы. |
| 57-58 | Торможение плугом. | Как правильно выполнять торможение плугом | | Торможение плугом. | Торможение плугом. | Торможение плугом. | Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки. | Повторить прседания |
| 59 | Круговая эстафета с этапом по 150 м. | Как выполнить круговую эстафета с этапом по 150 м | | Эстафета, техника лыжного хода. | Научиться выполнять эстафету по этапам. | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.  П.: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. | Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки | Спортивная форма |
| 60 | Соревнования на дистанции. Д – 500м., М – 1км | Как достичь высокого результата на дистанции. Д – 500м., М – 1км. | | Дистанция. Техника передвижения на лыжах. | Научиться применять технику лыжных ходов на дистанции. | Р.: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке.  П.: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. | Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно. | Повторить правила игры «Пионербола» |
| 62-63 | Поворот плугом вправо, влево при спусках с горки. | Как правильно выполнить поворот плугом вправо, влево при спусках с горки. | | Поворот плугом. | Научиться выполнять поворот плугом. | Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха.  П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.  К.: Соблюдать правила безопасности. | Описывать технику передвижения на лыжах. | Повторить отжиманияот пола |
| 64 | Контроьный урок по лыжной подготовке | Как правильно кататься н лыжах разнями лыжными ходами | | Лыжная подготовка. | Научится вести себя на уроке по лыжной подготовке и соблюдать подготовку формы к уроку | *Регулятивные* применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке.  *Познавательные:* давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе.  : *Коммуникативные* осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь. | Внутренняя позиции школьника на основе положительного отношения к школе . | Спортивная форма |
| 65-66 | Круговая тренировка | Разминка с обручами в движении. Круговая тренировка. Подвижные игры | | Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы | Научиться проходить станции круговой тренировки | *Коммуникативные:*уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.  *Регулятивные:*самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:*проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них | 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 | Повторить прыжки на скаклке |
| 67 | Эстафеты с мячом | Разминка с мячами-хопами в парах. Эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами | | Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами | Научиться работать с мячами | *Коммуникативные:*эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной 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 | Повторить броски с мячом |
| 68-69 | Беговые упражнения | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов» | | Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов» | Научиться правильно выполнять беговые упражнения | *Коммуникативные:*эффективно сотруд­ничать и способство­вать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:*самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:*выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости | Повторить приседания |
| 70-72 | Лазание.Опорный прыжок | Лазание по канату в три приема.Вскок и упор,стоя на коленях,и соскок взмахом рук. | | Знать правила ТБ.Название гимнастического оборудования,инвентаря | Научиься лазить по канату,опорный прыжок. | *Коммуникативные:*уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.  *Регулятивные:*самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:*проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них | 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 | Повторить упор  присев |
| 73 | Прыжок в высоту с прямого разбега | Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры  «Вышибалы с кеглями» | | Разминка с гимнастическими скамейками. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Вышибалы с кеглями» | Знать, как выполняется прыжок в высоту, 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 | Повторить прыжки вверх из упора присев |
| 74 | Прыжок в высоту способом «перешагивание» | Повторение разминки с гимнастическими скамейками и прыжка в высоту с прямого разбега, проведение прыжков в высоту способом «перешагивание», разучивание подвижной игры «Вышибалы с ранением» | | Разминка с гимнастическими скамейками. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Подвижная игра «Вышибалы с ранением» | Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением» | *Коммуникативные:*представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.  *Регулятивные:*осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.  *Познавательные:*выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить прыжки вверх |
| 75 | Физкультминутка | Знакомство с физкультминутками, разучивание разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, повторение прыжка в высоту способом «перешагивание» и подвижной игры «Вышибалы с ранением» | | Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминуток. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Подвижная игра «Вышибалы с ранением» | Знать, что такое физкультминутки, как выполняется прыжок в высоту способом «перешагивание», правила игры «Вышибалы с ранением» | *Коммуникативные:*владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.  *Регулятивные:*осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  *Познавательные:*уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям | Повторить стойку на одной ноге с закрытыми глазами. Попробовать засечь время, сколько получится простоять |
| 76 | Знакомство с опорным прыжком | Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, повторение прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование прыжка в высоту способом «перешагивание», знакомство с опорным прыжком, проведение подвижной игры «Ловишка на хопах» | | Разминка с включением упражнений из физкультминуток. Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжок в высоту способом «перешагивание». 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 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 пры-жок, 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-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Познакомиться со вторым комплексом упражнений физкультминутки на с. 117 учебника |
| 77 | Опорный прыжок | Разучивание разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, повторение техники опорного прыжка и подвижной игры «Ловишка на хопах» | | Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок. Подвижная игра «Ловишка на хопах» | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хопах» | *Коммуникативные:*с достаточной полнотой 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-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | Повторить выпрыгивания или приседания |
| 78 | Контрольный урок по опорному прыжку | Повторение разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, совершенствование техники опорного прыжка, проведение подвижной игры по желанию учеников | | Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок. Подвижная игра | Знать технику выполнения опорного прыжка, правила 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-нравствен-ной отзывчивости; сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из разных ситуаций | Делать зарядку ежедневно |
| 79 | Броски мяча через волейбольную сетку | Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку» | | Разминка с мячами. Броски 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 выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:*контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  *Познавательные:*бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты | Вспомнить правила игры «Пионербол» |
| 80-81 | Подвижная игра «Пионербол» | Повторение разминки с мячом, совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку и ловли мяча, повторение подвижной игры «Пионербол», | | Разминка с мячом. Броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча. Подвижная игра «Пионербол». | Знать технику выполнения бросков через волейбольную сетку, варианты ловли мяча, правила подвижной игры «Пионербол» | *Коммуникативные:*устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.  *Регулятивные:*осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  *Познавательные:*выполнять броски мяча через волейбольную сетку, ловлю мяча, 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 | Повторить отжимания от пола. Запомнить, сколько получится сделать за 30 с |
| 82 | Упражнения с мячом | Разучивание разминки с мячом и упражнений с мячами в парах. Повторение подвижной игры «Пионербол» | | 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 действия 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-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить шпагаты – прямой и продольные |
| 83 | Волейбольные упражнения | Повторение разминки с мячом, проведение волейбольных упражнений, повторение подвижной игры «Пионербол» | | Разминка с мячом. Волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол» | Знать, какие бывают волейбольные упражнения, 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 подвижную игру «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Повторить отжимания от пола |
| 84 | Контрольный урок по волейболу | Разучивание разминки с мячом в движении, контрольная проверка знаний и умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол» | | 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 выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:*адекватно оценивать свое действие и действие партнера.  *Познавательные:*применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол» | Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Посмотреть иллюстрации метания на с. 102-103 учебника |
| 85 | Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы» | Разучивание разминки с набивным мячом. Повторение техники броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Проведение подвижной игры «Точно в цель» | | Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Подвижная игра «Точно в цель» | Знать, технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель» | *Коммуникативные:*эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя..  *Регулятивные:*осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.  *Познавательные:*бросать набивной мяч способами «от груди» «снизу» и «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине за 30 с |
| 86 | Броски набивного мяча правой и левой рукой | Повторение разминки с набивным мячом. Повторение техники броска набивного мяча правой и левой рукой. Повторение подвижной игры «Точно в цель» | | Разминка с набивным мячом. Броски 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 излагать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.  *Регулятивные:*осуществлять действия по образцу и заданному правилу.  *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 и свободе | Повторить вис на гимнастической стенке, шведской стенке или перекладине |
| 87 | Тестирование виса на время | Разучивание разминки с гимнастическими палками. Проведение тестирования виса на время. Повторение подвижной игры «Борьба за мяч» | | 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить наклоны из положения стоя |
| 88 | Тестирование наклона вперед из положения стоя | Повторение разминки с гимнастическими палками и правил спортивной игры «Гандбол», проведение тестирования наклона вперед из положения стоя | | Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона вперед 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить технику прыжка в длину с места или приседания |
| 89 | Тестирование прыжка в длину с места | Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирования прыжка в длину с места и спортивной игры «Гандбол» | | Разминка, направленная на подготовку организма 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Мальчикам повторить подтягивания в висе (по возможности) или отжимания от пола. Девочкам повторить отжимания от пола |
| 90 | Тестирование подтягиваний и отжиманий | Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий. Проведение спортивной игры «Гандбол» | | 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 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить подъемы туловища из положения лежа на спине |
| 91 | Тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с. | Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с. Проведение спортивной игры «Гандбол» | | Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., спортивная игра «Гандбол» | Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., правила спортивной игры «Гандбол» | *Коммуникативные:*с достаточной полнотой 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 на спине за 30 с., играть в спортивную игру «Гандбол | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить подбрасывание и ловлю малого мяча или игрушки из руки в руку |
| 92 | Баскетбольные упражнения | Разучивание разминки с мячом. Проведение баскетбольных упражнений. Повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо. Проведение спортивной игры «Баскетбол» | | 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 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 образ жизни | Повторить стойку баскетболиста |
| 93 | Тестирование метания малого мяча на точность | Повторение разминки с мячом. Проведение тестирования по метанию малого мяча на точность. Проведение спортивной игрой «Баскетбол» | | 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 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 баскетбол | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить отжимания от пола |
| 94 | Спортивная игра «Баскетбол» | Разучивание разминки в движении с мячом. Совершенствование техники бросков мяча в баскетбольное кольцо. Проведение спортивной игрой «Баскетбол» | | Разминка в движении с мячом. 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 продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.  *Регулятивные:*адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.  *Познавательные:*бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной 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 | Подготовить к следующему уроку спортивную форму для улицу |
| 95 | Беговые упражнения | Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений и подвижной игры «Командные хвостики» | | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра«Командные хвостики» | Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной ы «Командные хвостики»» | *Коммуникативные:*эффективно сотруд­ничать и способство­вать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:*самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:*выполнять беговые упражнения и 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 | Повторять технику высокого старта |
| 96 | Тестирование бега на 30 м с высокого старта | Повторение разминки в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, разучивание подвижной игры «Ножной мяч» | | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта Подвижная игра «Ножной мяч» | Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной 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 «Ножной мяч» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Потренироваться касаться кончика носа указательным пальцем правой и левой руки, стоя с закрытыми глазами руки в стороны |
| 97 | Тестирование челночного бега 3х10 м | Разучивание беговой разминки, поведение тестирования челночного бега 3х10 м, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | | Беговая разминка, тестирование челночного бега 3х10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | Знать правила проведения тестирования челночного бега 3х10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее» | *Коммуникативные:*с достаточной полнотой 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 3х10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни | Повторить шпагаты – прямой и продольные |
| 98 | Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность | Повторение беговой разминки. Проведение тестирования метания мешочка (мяча) на дальность и подвижной игры «Флаг на башне» | | Беговая разминка. Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность. Подвижная игра «Флаг на башне» | Знать, как проходит тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, правила подвижной игры «Флаг на башне» | *Коммуникативные:* с достаточной полнотой 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 (мяча) на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Повторить наклоны из положения сидя и лежа |
| 99 | Футбольные упражнения | Разучивание разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол» | | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | *Коммуникативные* эффективно сотруд­ничать и способство­вать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:* осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятстсвий и самокоррекции.  *Познавательные:*выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости; сочувствия другим лдям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить отжимания от пола |
| 100 | Спортивная игра «Футбол» | Повторение разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол» | | Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол | Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол» | *Коммуникативные :*с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:*самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:*выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости; сочувствия другим лдям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях | Повторить выпрыгивания («лягушка») или приседания |
| 101 | Бег на  1000 м | Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол» | | 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 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-нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | Подумать, в какие спортивные игры можно поиграть на следующем уроке |
| 102 | Подвижные и спортивные игры | Проведение разминки в движении, подвижных и спортивных игр, выбранных по желанию учеников, подведение итогов года | | Разминка в движении, подвижные и спортивные игры, подведение итогов 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 формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:*играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | Спортивная форма |

**Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса**

1. Зимние подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2009.
2. *Лях В.И.* Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы: Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.
3. *Лях В.И.* Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.
4. *Патрикеев А.Ю.* Поурочные разработки по физической культуре. 4 класс. М.: ВАКО, 2013.
5. Подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2007.
6. Рабочая программа по физической культуре. 4 класс / Сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2014.
7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. М.: Просвещение, 2011.
8. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Источник: «Российская газета»; федеральный выпуск № 5976 от 31.12.2012.
9. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы. 1-4 классы / Сост. В.Н. Верхлин, К.А. Воронцов. М.: ВАКО, 2011.