

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 7
р.п.Фролищи Володарского района Нижегородской области

«Принято»
на заседании Педагогического
совета
Протокол № 1 от 30.08.2019 г.



Изменения от 10.01.2020 г.

**Приложение 1 к основной образовательной программе
начального общего образования
Рабочая программа учебного предмета
«Физическая культура»
1-4 классы
на 2019-2020 учебный год**

Разработчики программы :
учитель физкультуры
Перегончук Владимир Дмитриевич

2019 год

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов разработана на основе «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2014 г. и ориентирована на использование учебника Лях В.И. Физическая культура.1-4 классы. Москва . «Просвещение». 2017-2019 гг. , который включен в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования (Приказ Минобрнауки от 31 марта 2014 г. № 253, Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.12.2018 № 345).

Учебный план образовательного учреждения предусматривает изучение предмета «Физическая культура» с 1 по 4 класс из расчёта 3ч в неделю (всего 405 ч): в 1 классе — 99 ч, во 2 классе — 102 ч, в 3 классе— 102 ч, в 4 классе— 102 ч.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный

- контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
 - овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
 - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.
 - характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
 - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
 - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
 - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
 - организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
 - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
 - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
 - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
 - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
 - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
 - технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

1класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

Знания о физической культуре. Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получают первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получают представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получают первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

Гимнастика с элементами акробатики. Ученики научатся строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйся», «смирно», «по порядку рассчитайся», «на первый-второй рас-считайся», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах.

Легкая атлетика. Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег 3х 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

Лыжная подготовка. Ученики научатся переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»; выполнять ступающий и скользящий шаг как с палками, так и без, повороты переступанием как с палками, так и без, подъем на склон «полуелочкой» с лыжными палками, и без них, спуск под уклон

в основной стойке с лыжными палками и без них; торможение падением; проходить дистанцию 1,5 км; кататься на лыжах «змейкой».

Подвижные игры. Ученики научатся играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совуш-ка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы-шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь»; выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

2 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- *Знания о физической культуре* — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;
- *Гимнастика с элементами акробатики*— строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться

из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на перекладине, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезть с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;

- *Легкая атлетика* — технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег 3 x Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнастическую палку ногой, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту спиной вперед, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км;
- *Лыжная подготовка*— передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, обгонять друг друга, подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»;
- *Подвижные игры* — усовершенствуют свои навыки в подвижных играх: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка с мешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хопках», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробьи — вороны», «Антивышибалы», выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах.

3 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- *Знания о физической культуре*— выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяснять, что такое пас и его значение для спортивных игр с мячом, что такое осанка

и методы сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;

- *Гимнастика с элементами акробатики* — выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраиваться в одну, две и три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами и кружочками, с массажными мячами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запоминать временные отрезки, выполнять перекаты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, проходить станции круговой тренировки, лазать и перелезать по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, висеть завесой одной и двумя ногами на перекладине, прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку, прыгать в скакалку в тройках, выполнять упражнения на гимнастическом бревне, на гимнастических кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед), лазать по наклонной гимнастической скамейке, выполнять вращение обруча;
- *Легкая атлетика* — технике высокого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3 x 10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, прыгать в высоту спиной вперед, прыгать на мячах-хопах, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, проходить полосу препятствий;
- *Лыжная подготовка* — передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, переносить лыжи под рукой и на плече, проходить на лыжах дистанцию 1,5 км, подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой», спускаться со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой»;
- *Подвижные и спортивные игры* — давать пас ногами и руками, выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки — дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка»,

«Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хобах», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол и др.).

4 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- *Знания о физической культуре*— выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне;
- *Гимнастика с элементами акробатики* — выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, вис завесом одной и двумя ногами, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи), опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, массажными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;
- *Легкая атлетика* — пробежать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробежать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;
- *Лыжная подготовка* — передвигаться на лыжах скользящим и ступающим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным и одновременным одношажным ходом, «змейкой», выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой», спуск со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», проходить дистанцию 2 км, играть в подвижные игры на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»;
- *Подвижные и спортивные игры*— выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры

«Ловишка», «Ловишка на хобах», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы с ранением», «Вышибалы через сетку», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь острожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол и др.).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Знания о физической культуре	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена			
		Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание)		
			Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ)	
				История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

Способы физической деятельности	Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.		
		Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела	
			Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.
			Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.
Физическое совершенствование			
Гимнастика с основами акробатики	<p>Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.</p> <p>Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованная ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади,</p>		

	зависом одной и двумя ногами (с помощью)		
	<p>Организующие команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».</p> <p>Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях. Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами</p>		
		<p>Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.</p>	
			<p>Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги»</p>
Легкая атлетика	<p>Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.</p> <p>Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с</p>		

	<p>места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.</p> <p>Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.</p> <p>Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену</p>
	<p>Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.</p> <p>Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.</p> <p>Метание малого мяча на дальность из-за головы.</p> <p>Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой</p>
	<p>Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги</p>
	<p>Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».</p> <p>Низкий старт.</p> <p>Стартовое ускорение.</p> <p>Финиширование.</p>
Лыжные гонки	<p>Организующие команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»;</p> <p>переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами. Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом. Повороты переступанием на месте. Спуски в основной стойке. Подъемы ступающим и скользящим шагом. Торможение падением</p>
	<p>Передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход. Спуски в основной стойке. Подъем «лесенкой». Торможение «плугом».</p>
	<p>Передвижения на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным. Поворот переступанием.</p>
	<p>Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.</p>
Подвижные игры	<p>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».</p> <p>На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в</p>

	<p>мишень», «Третий лишний».</p> <p>На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».</p> <p>На материале раздела «Спортивные игры»: Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача». Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».</p>
	<p>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».</p> <p>На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка». На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).</p> <p>На материале раздела «Спортивные игры»: Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне». Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».</p>
	<p>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча». На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».</p> <p>На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Быстрый лыжник», «За мной».</p> <p>На материале спортивных игр: Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса</p>

			<p>шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой». Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей». Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».</p>
			<p>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела). На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель». На материале раздела «Лыжные гонки»: «Куда укачишься за два шага».</p> <p>На материале раздела «Плавание»: «Торпеды», «Гонка лодок», «Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка катеров».</p> <p>На материале спортивных игр: Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»). Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»). Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол»</p>
ОРУ	Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.		

Виды и формы деятельности

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся:

- уроки физической культуры,
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика перед началом занятий, физкультурные минуты во время уроков, игры и физические упражнения на перерывах и в режиме продленного дня);
- внеклассная физкультурно-массовая работа (занятие в кружках физической культуры и спортивных секциях, спортивные соревнования);
- внешкольная спортивно-массовая работа (по месту жительства учеников, занятия в детско-юношеских спортивных школах, спортивных обществах);
- самостоятельные занятия школьников физическими упражнениями в семье, на пришкольных и дворовых площадках, стадионах, в парках)

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа:

- с образовательно- познавательной
- образовательно-предметной
- образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного

материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Методы организации урока:

Фронтальный – упражнения выполняются одновременно всеми учащимися (игры, упражнения на осанку, построения перестроения) – используются при проведении строевых, обще развивающих упражнений в водной части урока.

Поточный - учащиеся выполняют одно и то же упражнение по очереди, один за другим, непрерывным потоком (лазание по гимнастической стенке, скамейке, прыжки в длину, бег).

Посменный – учащиеся распределяются на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазание).

Индивидуальный – используются в учетных уроках.

Групповой - каждая группа учащихся по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений.

На уроках физической культуры основными технологиями являются игровые и групповые технологии, которые несут ряд функций: обучающие, воспитательные, развивающие, психотехнические, коммуникативные, развлекательные, релаксационные. Эти технологии позволяют более действенно обеспечить гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общее комфортное состояние обучающегося, дать заряд положительных эмоций, снять негативный настрой после прохождения некоторых уроков, дать общий эффект радости от общения от успешного преодоления трудностей.

Здоровьесберегающие технологии позволяют учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности;

Применение ИКТ на уроках образовательно-предметной и образовательно-познавательной направленности позволяет развивать умение учащихся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира в области физической культуры и спорта; овладевать практическими способами работы с информацией; обмениваться информацией с помощью современных технических средств.

Технология проектной деятельности стимулирует самостоятельность учащихся, их стремление к самовыражению, формирует активное отношение к вопросам здорового образа жизни, физкультуры и спорта, сопереживание и сопричастность к нему, развивает коммуникативные качества.

Приложение к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура»

1-4 классы

Календарно-тематическое планирование

1 класс

Всего часов в год – 66 ч

Количество часов в неделю – 2 часа (33 учебных недель)

№ урока	Тема урока	Планируемые результаты			Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Дата
		предметные	метапредметные	личностные		
Знания о физической культуре						
1	Вводный. Требования на уроках физической культуры.	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в подвижную игру «Ловишка»	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Изучение понятий «ше-ренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ло-вишка»	
Легкая атлетика						
2	Тестиро-	Отличать, где	Коммуникативные:	Развитие мотивов учебной	Повороты направо и налево. Строевые команды	

	вание бега на 30 м с высокого старта	право, а где лево; уметь выполнять разминку в движении; понимать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта	сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка»	деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину	«равняйся», «смирно». Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Ловишка»	
3	Техника челночного бега	Оценивать правильность выполнения строевых команд; уметь выполнять разминку в движении; понимать технику выполнения челночного бега	Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижной игры	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности	Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	

			«Прерванные пятнашки»			
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; уметь выполнять разминку на месте; понимать правила тестирования челночного бега	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	Удержание дистанции. Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка на месте; тестирование челночного бега 3x Ю м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнашки»	

Основы знаний по физической культуре

5	Возникновение физической культуры и спорта	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать, как возникли физическая культура и спорт; уметь выполнять разминку в движении по кругу; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности.	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Удержание дистанции. Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	
---	--	---	--	---	--	--

			Познавательные: уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения подвижной игры «Гуси-лебеди»			
Легкая атлетика						
6	Тестирование метания мешочка на дальность	Знать, как рассчитывать на первый- второй и как перестраиваться по этому расчету. Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Гуси-лебеди»; помнить стихотворное сопровождение	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о правилах проведения тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной Игры «Гуси-лебеди»	Осознание своей этнической и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасность	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь». Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	
Подвижные игры						
7	Русская народная подвижная	Знать, как размыкаться на руки в стороны.	Коммуникативные: представлять конкретное	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного	Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направленная на развитие	

	игра «Горелки»	Уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; понимать правила подвижной игры «Горелки»; запомнить стихотворное сопровождение	содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач. Познавательные: уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки»	отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях	координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания и равновесия	
Знания о физической культуре						
8	Олимпийские игры	Знать, что такое Олимпийские игры, какие символы и традиции у них существуют. Уметь выполнять разминку с мешочками;	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точно выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками;	Рассказ об Олимпийских играх - символика и традициях. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики»	

		<p>уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»</p>	<p>коммуникации. Регулятивные самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о символах и традициях Олимпийских игр, а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»</p>	<p>умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
9	<p>Что такое физическая культура?</p>	<p>Знать, что такое физическая культура. Уметь выполнять разминку с мешочками; уметь выполнять технически правильно метание мешочка на дальность; понимать правила подвижной игры «Колдунчики»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>Рассказ о физической культуре. Разминка с мешочками. Техника метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Колдунчики»</p>	

			<p>необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения подвижной игры «Колдунчики»</p>			
10	Темп и ритм	<p>Знать, что такое темп и ритм.</p> <p>Уметь выполнять разминку в кругу; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»</p>	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	<p>Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка»</p>	

Подвижные игры						
11	Подвижная игра «Мышеловка»	Знать, что такое темп и ритм. Уметь выполнять разминку в движении; понимать правила подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений) сотрудничества в совместном решении задач.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в движении. Подвижные игры «Салки» и «Мышеловка» сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
Знания о физической культуре						
12	Личная	Знать, что такое гигиена. Уметь	Коммуникативные: с достаточной	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование	Гигиена человека. Разминка в движении. Техника высокого старта. Команды «на старт», «внимание»,	

	гигиена человека	выполнять разминку в движении; понимать правила подвижной игры «Салки с домиками», технику выполнения высокого старта, как выполнять команды «на старт», «внимание», «марш»	полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о личной гигиене человека, а также о правилах проведения подвижной игры «Салки с домиками» и о технике выполнения высокого старта	личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	«марш». Подвижная игра «Салки с домиками»	
Легкая атлетика						
13	Тестирование метания ма-	Знать, как проводятся разминка с ма-	Коммуникативные: сохранять доброжелательное	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Два	

	лого мяча на точность	лыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»	отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»	сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Мороза» О	
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила подвижной игры «Два Мороза»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Два Мороза». Упражнение на запоминание временного отрезка	

			положения стоя и о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза»			
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»; уметь запоминать десятисекундный отрезок времени	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подъема туловища из положения лежа и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасность	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Волк во рву». Упражнение на запоминание временного отрезка	
Легкая атлетика						
16	Тестирование прыжка в длину с места	Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву»	

		<p>места; понимать правила подвижной игры «Волк во рву»</p>	<p>рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву»</p>	<p>людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
--	--	---	--	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

17	<p>Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа</p>	<p>Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса</p> <p>, понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»</p>	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подтягивания на низкой перекладине и о правилах</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Охотник и зайцы»</p>	
----	---	--	--	--	--	--

			проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»			
18	Тестирование виса на время	Знать, как проводятся разминка у гимнастической стенки, тестирование виса на время; понимать правила подвижной игры «Охотник и зайцы»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Разминка у гимнастической стенки. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	
19	Стихотворное сопровождение на уроках	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка со стихотворным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	

			<p>выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказывать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»</p>			
--	--	--	--	--	--	--

20	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений	Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь воспроизвести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Совушка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
Подвижные игры						
21	Ловля и броски мяча в парах	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	

			<p>действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»</p>	<p>сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы</p>		
22	Подвижная игра «Осада города»	Знать, как проводятся разминка с мячами, упражнения с мячами в парах и подвижная игра «Осада города»	<p>Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и</p>	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	

			<p>цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь повторить. упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»</p>	свободе		
23	Индивидуальная работа с мячом	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Осада города»	<p>Коммуникативные: формировать навык сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные:</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности		

			уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города»			
24	Школа укрощения мяча	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности</p>	Разминка с Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы»	

25	Подвижная игра «Ночная охота»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p>Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка с мяч Упражнения с» ведение, бросками, перебрасыванием Подвижная игра «охота»	
26	Глаза закрывай — упражненье начинай	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по-	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение броски, ловля, подбрасывание. Подвижная игра «Ночная охота»	

		<p>движную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение</p>	<p>совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p>Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»;</p> <p>знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами</p>	<p>личной ответственности</p>		
27	Подвижные игры	<p>Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение, как подводятся итоги четверти</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные:</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы</p>	<p>Разминка с закрыт глазами. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти</p>	

			<p>формировать ситуацию саморегуляции — рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Познавательные: формировать умение самостоятельно выбирать по</p>			
28	Школа укрощения мяча	<p>Знать, как проводится разминка с мячами,</p> <p>как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	<p>Коммуникативные: формировать навык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла</p> <p>учения, принятие и освоение социальной роли; развитие эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности</p>	Разминка с мячами. Упражнения с мячом ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы»	

			подвижной игры «Вышибалы»			
29	Подвижная игра «Ночная охота»	Знать, как проводится разминка с мячами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную и ФУ «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p>Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка с мячами. Упражнения с мячами ведение, броски, ловля перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота»	
30	Глаза закрывай — упражненье начинай	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать навыки речевого	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств,	Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение, броски, ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота»	

		ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в подвижную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует зрение	отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности		
31	Подвижные игры	Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, что ощущает человек, когда у него	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти	

		отсутствует зрение, как подводятся итоги четверти	организации совместной деятельности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции — рефлексии; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами	взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности		
Гимнастика с элементами акробатики						
32	Перекаты	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка»	

		подвижной игры «Удочка»	<p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»</p>	справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни		
33	Разновидности перекатов	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое перекаты, их виды, правила игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни	Разминка на матах. Группировка. Перекаты. Подвижная игра «Удочка»	

			<p>препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку, перекаты; играть в подвижную игру «Удочка»</p>			
34	Техника выполнения кувырка вперед	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Удочка»	

			вперед и играть в подвижную игру «Удочка»			
35	Кувырок вперед	Знать, что такое осанка, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед, правила игры «Успей убрать»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка на матах. Перекаты. Кувырок вперед. Подвижная игра «Успей убрать»</p>	
36	Стойка на лопатках, «мост»	Знать, что такое осанка, как проводится разминка, направленная на	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме;</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной</p>	<p>Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»</p>	

		сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила игры «Волшебные елочки»	<p>формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»</p>	отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни		
37	Стойка на лопатках, «мост» — совершенствование	Знать, как проводится разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки»	

		<p>выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках и «моста», правила подвижной игры «Волшебные елочки»</p>	<p>форме. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост»</p> <p>и играть в подвижную игру «Волшебные елочки»</p>	<p>чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности; формирование установки на здоровый образ жизни</p>		
38	Стойка на голове	<p>Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове</p>	<p>Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	<p>Разминка на матах с резиновыми кольцами. Кувырок вперед. Стойка на голове. Игровое упражнение</p>	

			<p>самооценки.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание</p>			
39	Лазанье по гимнастической стенке	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка на матах с резиновыми кольцами, технику выполнения стойки на голове	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p>Регулятивные: добывать недостаю-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка на матах с резиновыми кольцами Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение	

			<p>щую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнастической стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание голове, проводить игровое</p>			
40	Перелезание на гимнастической стенке	Знать, что такое стойка на голове, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику выполнения кувырка вперед и стойки на голове	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы.</p> <p>Регулятивные: добывать недостаю-</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и</p>	<p>Разминка с гимнастическими палками Лазанье и перелезание гимнастической стенке. Стойка на голове. Кувырок вперед Игровое упражнение</p>	

			<p>щую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение на внимание</p>	<p>свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
41	Висы на перекладине	Знать, что такое вис, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;</p> <p>развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование</p>	<p>Разминка с гимнастическими палками Лазанье и перелезай на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Подвижная игра «Удочка»</p>	

		<p>коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвижную игру «Удочка»</p>	<p>установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>		
--	--	--	--	--	--

42	Круговая тренировка	<p>Знать, что такое круговая тренировка, как проводится разминка с гимнастическими палками, технику перелезания на гимнастической стенке и стойки на голове</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;</p> <p>адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный образ жизни, эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	<p>Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение</p>	
----	---------------------	---	---	---	--	--

43	Прыжки со скакалкой	<p>Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней</p> <p>выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную и фу «Шмель»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие</p> <p>и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»	
44	Прыжки в скакалку	<p>Знать, что такое скакалка и какие упражнения можно с ней</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки сотрудничества со</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной</p>	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра «Шмель»	

		<p>выполнять, как прыгать со скакалкой и в скакалку, правила игры «Шмель»</p>	<p>сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего обучения, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, проводить подвижную игру «Шмель»</p>	<p>роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
45	Круговая тренировка	Знать, что такое круговая тренировка и какие упражнения могут	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Береги предмет»	

		<p>в нее входить, правила игры «Береги предмет»</p>	<p>сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять за-данную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижную игру «Береги предмет»</p>	<p>людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
46	<p>Вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах</p>	<p>Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, правила игры «Волк во рву»</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных</p>	<p>Разминка со скакалкой. Вис углом и вис согнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву»</p>	

		<p>(описания, объяснения) содержания</p> <p>совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»</p>	<p>нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
--	--	--	--	--	--

47	Вис прогнувшись на гимнастических кольцах	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить разминку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Волк во рву»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву»	
48	Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах	Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения	Коммуникативные: формировать навыки речевого отображения (описа-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Разминка с резиновыми кольцами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Подвижная игра «Попрыгунчики- воробушки»	

	<p>стических кольцах</p>	<p>можно на них выполнять, как проводить раз- минку с двумя резиновыми кольцами, пра- вила игры «По- прыгунчики-во- робушки»</p>	<p>ния, объяснения) содержания совер- шаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики- воробушки»</p>	<p>роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлении о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
--	------------------------------	--	---	--	--	--

49	Вращение обруча	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	<p>Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики - воробушки»	
----	-----------------	--	--	--	--	--

			воробушки»			
--	--	--	------------	--	--	--

	Обруч — учимся им управлять	Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с обручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	<p>Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка с обручами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. Подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки»	
50	Круговая тренировка	Знать, что такое Массажные мячи и что с ними	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	

		можно делать, правила проведения круговой тренировки	<p>учителя; формировать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить подвижные игры</p>	<p>сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности</p> <p>за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
51	Круговая тренировка	Знать, что такое массажные мячи и что с ними можно делать, правила проведения круговой тренировки	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. Подвижные игры	

			<p>их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с массажными мячами, проходить станции круговой тренировки, проводить подвижные игры</p>	<p>ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>		
Лыжная подготовка						
52	<p>Организационно-методические требования на уроках, посвященных лыжной подготовке. Ступающий шаг на лыжах без</p>	<p>Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего шага на лыжах без палок</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные:</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Проверка лыжной формы, инвентаря; ступающий лыжный шаг</p>	

	палок		<p>проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества;</p> <p>уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах ступающим шагом</p>			
53	Скользящий шаг на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою</p>	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Переноска лыж под ручкой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок	

			<p>деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок</p>			
54	Повороты переступанием на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок; технику поворота на лыжах без палок	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки работы в группе и уважение к другой точке зрения.</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь переносить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми	Переноска лыж под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот, переступание на лыжах без палок	

			скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок			
55	Ступающий шаг на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке. технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, а также ступающего шага с палками	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Переноска лыж с палками под рукой; ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками	
56	Скользящий шаг на лыжах с	Знать правила проведения за-	Коммуникативные: формировать	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками	

	палками	<p>нятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками</p>	<p>навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок, скользящим шагом с палками</p>	<p>личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
57	Поворот переступанием на лыжах с палками	<p>Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, скользящего лыжного шага с палками, а также</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков</p> <p>сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	<p>Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками; повороты переступанием на лыжах с палками</p>	

		поворотов переступанием на лыжах с палками	действия и действия партнеров. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками			
58	Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» без палок, а также знать технику спуска со склона в основной стойке без палок	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Ступающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой»	

			передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основной стойке и подъем на него «полуелочкой» на лыжах без палок			
59	Подъем и спуск под уклон на лыжах с палками	Знать правила проведения занятий по лыжной подготовке, технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также технику спуска со склона в основной стойке с лыжными палками. Познакомиться с техникой торпереступанием	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; формировать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Торможение падением	

			торможение падением			
60	Прохождение дистанции 1 км на лыжах	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1 км, знать технику выполнения подъема на склон «полуелочкой» с лыжными палками, а также спуска со склона в основной стойке с лыжными палками	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Скользкий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палками. Прохождение дистанции 1 км на	
61	Скользкий шаг на лыжах «змейкой»	Знать, как выполняется скользкий шаг на лыжах «змейкой»; знать вариант биатлонного	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	Скользкий шаг на лыжах с палками «змейкой»; упражнение в метании на точность	

		упражнения	их внутренний мир в целом. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь передвигаться «змейкой» на лыжах и метать на точность	социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
62	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Узнать возможности своего организма с помощью прохождения дистанции 1,5 км	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание	

			<p>Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км</p>			
63	Контрольный урок по лыжной подготовке	Узнать, как проводятся занятия по лыжной подготовке	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в индивидуальной и групповой работе. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять различные лыжные ходы, спускаться со склона и подниматься на него, тормозить</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	<p>Ступающий и скользящий шаг как с лыжными палками, так и без них; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полу-елочкой»; торможение падением</p>	

			падением			
Гимнастика с элементами акробатики						
64	Лазанье по канату	Знать, что такое канат, как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу»	<p>Коммуникативные: формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палкамипалками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белки в лесу»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций</p>	Разминка с гимна-стическими палками. Лазанье по канату. По-движная игра «Белки в лесу»	
Подвижные игры						
65	Подвижная	Знать, что такое	Коммуникативные:	Развитие мотивов учебной	Разминка с гимна-стическими палками. Лазанье по	

	игра «Белочка-защитница»	канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-защитница»	слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по канату, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	деятельности и формирование личного смысла учения; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций	канату. По-движная игра «Белочка-защитница»	
66	Прохождение полосы препятствий	Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игры	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств,	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	

		«Белочка-защитница»	<p>устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах подвижную игру «Белочка-защитница»		
67	Прохождение усложненной полосы	Знать, что такое полоса препятствий, как ее	Коммуникативные: представлять конкретное	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения,	Разминка на гимнастических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвижная игра «Белочка-защитница»	

	препятствий	преодолевать, правила игры «Белочка-защитница»	<p>содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах</p>		
Легкая атлетика						

68	Техника прыжка в высоту с прямого разбега	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	
----	---	---	---	--	--	--

69	Прыжок в высоту с прямого разбега	Знать, что такое прыжок в высоту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и прыгуны»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических скамейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	
70	Прыжок в высоту спиной	Знать, что такое прыжок в высоту спиной вперед,	Коммуникативные: добывать недостающую	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения,	Разминка со стихотворным сопровождением. Прыжок в высоту спиной вперед. Подвижная игра «Грибы-шалуны»	

	вперед	как он выполняется, правила игры «Грибы-шалуны»	<p>информацию с помощью вопросов; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки.</p> <p>Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»</p>	принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей		
71	Прыжки в	Знать, что такое	Коммуникативные:	Развитие мотивов учебной	Разминка со стихотворным сопровождением.	

	высоту	прыжки в высоту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалуны»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять разминку со стихотворным сопровождением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны»	деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей	Прыжок в высоту спиной вперед. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Грибы-шалуны»	
72	Броски и ловля мяча в парах	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; управлять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	

		разминка с мячами, правила игры «Котел»	поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»	роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
73	Броски и ловля мяча в парах	Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Котел»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие навыков	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	

			<p>умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел»</p>	<p>сотрудничества самостоятельности и личной ответственности за свои</p>		
74	Ведение мяча	<p>Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мячами, правила игры «Охотники и утки»</p>	<p>Коммуникативные: формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправ-</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охотники и утки»</p>	

			<p>лять ее по наставлению взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>			
75	Ведение мяча в движении	<p>Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет</p>	<p>Коммуникативные: формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных</p>	<p>Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты</p>	

			<p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах</p>			
76	Эстафеты с мячом	<p>Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь выполнять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости нормах, социальной справедливости</p>	<p>Разминка с мячом. Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячом</p>	

			разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участвовать в эстафетах			
77	Подвижные игры с мячом	Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Антивышибалы»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвижные игры «Охотники и утки» и «Антивышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки». Подвижная игра «Антивышибалы»	
78	Подвижные	Знать правила проведения по-	Коммуникативные: строить продук-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Разминка с мячом. Подвижные игры. Подведение итогов четверти	

	игры	движных игр	тивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, выбирать подвижные игры и участвовать в них	нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками		
79	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку	Коммуникативные: формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера,	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты	Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Забросай противника мячами»	

			<p>умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»</p>			
80	Точность бросков мяча через волейбольную сетку	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях, умение не создавать конфликты</p>	<p>Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвижная игра «Забросай противника мячами»</p>	

			<p>Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность;</p>			
81	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уважение к иной точке зрения.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества;</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность.</p> <p>Подвижная игра «Вышибалы через сетку»</p>	

			<p>уметь контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>			
82	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Знать, как выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	

			<p>взрослого.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>			
83	Бросок набивного мяча от груди	Знать, как выполнять броски набивного мяча от груди, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»</p>	

			указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»			
84	Бросок набивного мяча снизу	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу, как играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции;	Развитие мотивов учебной деятельности; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с набивными мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	

			<p>уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>			
85	Подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как выполнять броски набивного мяча снизу и от груди, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p>Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверстниками; умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни</p>	Разминка с малыми мячами. Броски набивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Точно в цель»	

			<p>деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>			
Гимнастика с элементами акробатики						
86	Тестирование виса на время	Знать, как проводится тестирование виса на время, как играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки</p>	<p>Разминка с малыми мячами. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Точно в цель»</p>	

			разминку с маленькими мячами, тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»			
87	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Собачки»	

			играть в подвижную игру «Собачки»			
88	Тестирование прыжка в длину с места	Знать, как проводится тестирование прыжков в длину, как играть в подвижную игру «Собачки»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестирование прыжков в длину, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки»	
Гимнастика с элементами акробатики						
89	Тестирование под-	Знать, как проводится	Коммуникативные: сохранять доб-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-		

	тягивания на низкой перекладине	тестирование подтягивания на низкой перекладине, как играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»	нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
90	Тестирование подъема туловища за 30 с	Знать, как проводится тестирование подъема туловища за 30 с, как играть в по-	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои	Разминка в движении. Тестирование подъема туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро»	

		<p>движную игру «Лес, болото, озеро»</p>	<p>рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро»</p>	<p>поступки</p>		
Легкая атлетика						
91	Техника метания на точность	<p>Знать, как выполняется метание различных предметов, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и</p>	<p>Разминка с мешочками. Техника метания различных предметов на точность. Подвижная игра «Ловушка с мешочком на голове»</p>	

			<p>информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность,</p>	свободе		
92	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать, как проводится тестирование метания малого мяча на точность, как играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с мешочками. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

			<p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>			
--	--	--	--	--	--	--

Подвижные игры

93	Подвижные игры для зала	Знать, как выбирать подвижные игры для зала, уметь в них играть	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать уважение к иной точке зрения.</p> <p>Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции,</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	<p>Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие</p>	
----	-------------------------	---	---	--	---	--

			<p>т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала</p>			
--	--	--	---	--	--	--

Легкая атлетика

94	Беговые упражнения	Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру «Колдун - чики»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	<p>Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Колдунчики»</p>	
----	--------------------	---	---	--	---	--

			<p>наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по образцу и заданному примеру.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку в движении и беговые упражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики»</p>			
95	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать, как сдаётся тестирование бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в подвижную игру «Хвостики»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики»	

			разминку в движении, сдавать тестирование бега на 30 м, играть в подвижную игру «Хвостики»			
96	Тестирование челночного бега 3*10м	Знать, как сдаётся тестирование челночного бега 3x10 м. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	

			собирай быстрее»			
97	Тести- рование метания мешочка на дальность	Знать, как сдается тестирование метания мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: сохранять доб- рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	

			собирай быстро»			
98	Командная подвижная игра «Хвостики»	Знать, что такое координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка»	
99	Русская народная подвижная игра «Горелки»	Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с доста-	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; формирование уважительного отношения к культуре	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»	

		<p>ней. Уметь играть в подвижную игру «Игра в птиц»</p>	<p>точной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт.</p> <p>Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, играть в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц»</p>	<p>других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях</p>		

Календарно-тематическое планирование 2 класс

Всего часов в год – 102 ч

Количество часов в неделю – 3 часа (34 учебных недель)

№ у р	Тема урока	Планируемые результаты			Деятельность учащихся	Дата
		предметные	метапредметные	личностные		
Знания о физической культуре						
1.	Вводный. Требования на уроках физической культуры.	Дифференцировать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строиться в колонну в движении; понимать, какие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в подвижную игру «Ловишка»	Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необходимой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения занятий по физкультуре	Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Изучение понятий «ше-ренга» и «колонна», обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ловишка»	
Легкая атлетика						
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Выполнять беговую разминку, знать правила тестирования бега на 30 м с высокого	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	

		старта, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	<p>рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр «Ловишка», «Салки — дай руку»</p>	на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
3	Техника челночного бега	Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»	<p>Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка в движении, техника челночного бега, подвижные игры «Прерванные пятнашки», «Салки — дай руку»	

4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: рассказывать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м и правила подвижной игры «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, подвижная игра «Колдунчики»	
5	Техника метания мешочка на дальность	Знать технику метания мешочка на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки	Разминка с мешочками, техника метания мешочка на дальность, подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»	

			<p>препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»</p>			
6	Тестирование метания мешочка на дальность	Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижной игры «Хвостики»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: рассказывать правила тестирования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Хвостики»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций</p>	Разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Хвостики»	
Гимнастика с элементами акробатики						

7	Упражнения на координацию движений	Выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, понимать правила подвижной игры «Командные хвостики»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: рассказывать и показывать технику выполнения метания гимнастической палки ногой, правила подвижной игры «Командные хвостики»</p>	<p>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, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Разминка, направленная на развитие координации движений, метание гимнастической палки ногой, подвижная игра «Командные хвостики»	
Знания о физической культуре						
8	Физические качества	Называть физические качества, выполнять метание	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	Разминка, направленная на развитие координации движений, физические качества, метание гимнастической палки ногой, подвижная	

		гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила подвижной игры «Командные хвостики»	точно 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, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: рассказывать о физических качествах и о технике выполнения метания гимнастической палки ногой, играть в подвижную игру «Командные хвостики»	обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	игра «Командные хвостики»	
Легкая атлетика						
9	Техника прыжка в длину с разбега	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, раз-	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять кон-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, добро-	Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	

		минку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	<p>кретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</p>	желательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
10	Прыжок в длину с разбега	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила по	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия	Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	

		<p>движной игры «Флаг на башне»</p>	<p>устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития</p> <p>через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</p>	<p>другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
1 1	<p>Прыжок в длину с разбега на результат</p>	<p>Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, знать правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»</p>	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и</p>	<p>Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на</p>	<p>Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат, подвижные игры «Салки» и «Флаг на башне»</p>	

			<p>взрослыми.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, правила подвижных игр «Салки и «Флаг на башне»</p>	безопасный образ жизни		
--	--	--	---	------------------------	--	--

Подвижные игры

1 2	Подвижные игры	Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, договариваться и выбирать подвижные игры для совместной игры	<p>Коммуникативные: организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат, подвижные игры по желанию учеников	
--------	----------------	---	---	--	--	--

			задач. Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега на результат, выбирать подвижные игры и играть в них			
--	--	--	---	--	--	--

Легкая атлетика

1 3	Тестирование метания малого мяча на точность	Выполнять разминку с малыми мячами, знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Бездомный заяц»	
--------	--	---	--	---	---	--

Гимнастика с элементами акробатики

1 4	Тестирование наклона вперед из положения	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тести-	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности		
--------	--	---	---	--	--	--

	стоя	рования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Бездомный заяц»	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
1 5	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования подъема туловища, правила подвижной игры «Вышибалы»	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Вышибалы»	

Легкая атлетика

1 6	Тестирование прыжка в длину с места	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила тестирования прыжка в длину с места, понимать правила подвижной игры «Волк во рву»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	
--------	-------------------------------------	---	--	--	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

1 7	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Выполнять разминку, направленную на развитие координации Движений, знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Вышибалы»	
--------	---	---	---	---	---	--

			из вися лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Вышибалы»			
1 8	Тестирование вися на время	Выполнять разминку у гимнастической стенки, знать правила тестирования вися на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстников.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка у гимнастической стенки, тестирование вися на время, подвижная игра «Ловля обезьян»	
Подвижные игры						
1 9	Подвижная игра «Кот и мыши»	Выполнять разминку у гимнастической стенки, упражнения в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мыши»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и</p>	<p>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</p>	Разминка у гимнастической стенки, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши»	

			<p>точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять</p> <p>подлезания, играть в подвижную игру «Кот и мыши»</p>	<p>ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
Знания о физической культуре						
20	Режим дня	<p>Знать, что такое режим дня, выполнять разминку с малыми мячами, упражнения</p> <p>в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мыши»</p>	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,</p> <p>развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Режим дня, разминка с малыми мячами, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши»</p>	

			<p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: рассказывать о режиме дня, подлезать под препятствие, играть в подвижную игру «Кот и мыши»</p>			
Подвижные игры						
2 1	Ловля и броски малого мяча в парах	Выполнять разминку с малыми мячами, знать, как выполняются броски и ловля малого мяча в парах, правила подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с малыми мячами, броски и ловля малого мяча в парах, подвижная игра «Салки с резиновыми кружочками»	

			<p>Познавательные: повторить упражнения с малым мячом как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кружочками»</p>			
2 2	Подвижная игра «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<p>Коммуникативные: использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликт</p> <p>ты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки</p>	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	

			игру «Осада города»			
2 3	Подвижные игры с ловлей и бросками мяча в парах	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексии деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения с мячом в парах, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	
Знания о физической культуре						
2 4	Частота сердечных сокращений,	Знать, что такое частота сердечных сокращений и	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	Частота сердечных сокращений и способы ее измерения, разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Салки с резиновыми	

	способы ее измерения	способы ее измерения, выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»	<p>устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кольцами»</p>	<p>обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	кольцами»	
Подвижные игры						
2 5	Ведение мяча	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения	Коммуникативные: слушать друг друга,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение	Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»	

		<p>мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»</p>	<p>устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»</p>	<p>социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни</p>		
2 6	Упражнения с мячом	<p>Знать, что такое дневник самоконтроля, выполнять разминку с мячами в движении, упражнения с мячом, знать правила по-</p>	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений</p>	<p>Дневник самоконтроля, разминка с мячами в движении, упражнения с мячом, подвижная игра «Ночная охота»</p>	

		<p>движной игры «Ночная охота»</p>	<p>формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, играть в подвижную игру «Ночная охота»</p>	<p>о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		
2 7	Подвижные игры	<p>Выполнять разминку с мячами, упражнения с мячом, знать правила выбранных подвижных игр</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, сотрудничать в ходе индивидуальной и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	<p>Разминка с мячами в движении, упражнения с мячом, 1—2 подвижные игры</p>	

			<p>групповой работы.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр</p>			
--	--	--	---	--	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

2 8	Кувырок вперед	<p>Выполнять разминку на матах, знать, как выполня- ется кувырок вперед, правила подвижной игры «Удочка»</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролируют процесс и оценивать результат своей</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Разминка на матах, кувырок вперед, подвижная игра «Удочка»	
--------	----------------	--	--	--	--	--

			<p>деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»</p>			
2 9	Кувырок вперед с трех шагов	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняются кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, правила проведения подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>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</p> <p>о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей</p>	Разминка на матах, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	
3 0	Кувырок вперед с разбега	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполня-	<p>Коммуникативные: работать в группе, с достаточной</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>	Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега	

		ются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега	<p>полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и кувырок вперед с разбега</p>	обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей и ценностей		
3 1	Услож- ненные варианты выпол	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, с разбега и	Коммуникативные: работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и	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,	Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега, усложненные варианты кувырка вперед	

	нения кувырка вперед	усложненные варианты кувьрка вперед	условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и са мокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Познавательные: выполнять кувьрок вперед, кувьрок вперед с трех шагов, кувьрок вперед с разбега, усложненные варианты кувьрка вперед	социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
3 2	Стойка на лопатках, мост	Выполнять разминку, на- правленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполня- ются усложненные варианты кувьрка вперед, технику	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, владеть моно- логической и диалогической фор- мами речи в соответствии с грам- матическими и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелатель- ности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, усложненные варианты кувьрка вперед, стойка на лопатках, мост, подвижная игра «Волшебные елочки»	

		<p>выполнения стойки на лопатках и моста, правила игры «Волшебные елочки»</p>	<p>синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка</p>	<p>потребностей, ценностей и чувств</p>		
3 3	Круговая тренировка	<p>Знать, как сохранять правильную осанку, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к</p>	<p>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</p>	<p>Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»</p>	

			<p>другу.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять круговую тренировку, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка</p>	ситуациях		
3 4	Стойка на голове	Знать, какую первую помощь нужно оказать при мелких травмах, технику выполнения стойки на голове	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять дей-</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка с гимнастической палкой, первая помощь при травмах, стойка на голове, упражнения на внимание на матах	

			<p>ствия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее.</p> <p>Познавательные: оказывать первую помощь при легких травмах, выполнять стойку на голове и упражнения на внимание</p>			
3 5	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	Знать технику выполнения стойки на голове, как лазать и перелезать по гимнастической стенке, какую помощь оказывать при травмах, правила игры «Белочка-защитница»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально--нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с гимнастическими палками, первая помощь при травмах, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, стойка на голове, подвижная игра «Белочка-защитница»	

			<p>препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: оказывать первую помощь, выполнять стойку на голове, лазать и перелезать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>			
3 6	Различные виды перелезаний	Знать технику выполнения стойки на голове, различные виды перелезаний, правила игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	Разминка с массажными мячами, техника выполнения стойки на голове, различные виды перелезаний, подвижная игра «Удочка»	

			<p>ее. Познавательные: выполнять стойку на голове, разные варианты перелезания, играть в подвижную игру «Удочка»</p>			
3 7	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	<p>Знать, как подбирать правильный способ перелезания, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	<p>Разминка с массажными мячами, различные варианты перелезаний вис завесом одной и двумя ногами, упражнения на внимание</p>	
3 8	Круговая тренировка	<p>Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное</p>	<p>Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности</p>	<p>Разминка со средними обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка»</p>	

			<p>содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>ности за свои поступки на основе представлений</p> <p>о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>		
3 9	Прыжки в скакалку	Знать, как выполняются прыжки в скакалку, правила подвижной игры «Горячая ЛИНИЯ»	<p>Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,</p> <p>развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	

			<p>самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>			
40	Прыжки в скакалку в движении	Знать, как выполняются прыжки в скакалку в движении, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжки в скакалку на месте и в движении, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки</p>	Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку на месте и в движении, подвижная игра «Горячая линия»	
41	Круговая тренировка	Знать, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами, правила прохождения станций круговой тренировки, правила	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка в движении, круговая тренировка, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Медведи и пчелы»	

		подвижной игры «Медведи и пчелы»	<p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять вис завесом одной и двумя ногами, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»</p>			
4 2	Вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах	Знать технику выполнения вися согнувшись и виса прогнувшись на кольцах, правила подвижной игры «Медведи и пчелы»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись на</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка в движении, техника выполнения вися согнувшись и виса прогнувшись на кольцах, подвижная игра «Медведи и пчелы»	

			гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»			
4 3	Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах	Знать технику выполнения вися согнувшись, вися прогнувшись, переворотов назад и вперед на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Шмель»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, играть в подвижную игру «Шмель»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка в движении, вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед на гимнастических кольцах, подвижная игра «Шмель»	
4 4	Комбинация на гимнастических	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику	Коммуникативные: представлять конкретно содержание и сооб-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доб-	Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча, подвижная игра «Шмель»	

	кольцах	вращения обруча, правила подвижной игры «Шмель»	щать его в устной форме, 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 комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Шмель»	рожелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
4 5	Вращение обруча	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

			<p>преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>			
4 6	Варианты вращения обруча	Знать варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты вращения обруча, играть в</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с обручами в движении, варианты вращения обруча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

			подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»			
4 7	Лазанье по канату и круговая тренировка	Знать, как выполняются лазанье по канату, захват каната ногами, круговая тренировка, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: уметь захватывать канат ногами, лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	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	Разминка с обручами в движении, лазанье по канату, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

4 8	Круговая тренировка	Знать, как выполняется захват каната ногами, правила прохождения станций круговой тренировки, как выбирать подвижную игру	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру</p>	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	Разминка с массажными мячами в движении, круговая тренировка, подвижная игра, подведение итогов	
Лыжная подготовка						
4 9	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	Выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с</p>	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	Организационно- методические требования, ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	

		передвижения ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок	<p>помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: пристегивать крепления, передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах без палок</p>			
5 0	Повороты переступанием на лыжах без палок	Знать, как пристегивать крепления, как выполняются передвижение на лыжах без палок ступающим и скользящим шагом, поворот переступанием на лыжах без палок	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: самостоятельно пристегивать</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок, техника поворота переступанием на лыжах без палок	

			<p>лыжные крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах переступанием без палок</p>			
5 1	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками	Знать, как работают руки с лыжными палками, как передвигаться ступающим и скользящим шагом как с лыжными палками, так и без них	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми.</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Работа рук с лыжными палками, ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	
5 2	Торможение падением на	Знать, как передвигаться на	<p>Коммуникативные: устанавливать</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без них,	

	лыжах с палками	лыжах ступающим и скользящим шагом, как выполнять торможение падением, правила подвижной игры «Салки на снегу»	<p>рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, тормозить падением, играть в подвижную игру «Салки на снегу»</p>	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	торможение падением, подвижная игра «Салки на снегу»	
5 3	Прохождение дистанции 1 км на лыжах	Знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Техника передвижения на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах, подвижная игра «Салки на снегу»	

			<p>цель.</p> <p>Познавательные: проходить дистанцию 7 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»</p>			
5 4	Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон	Знать, как выполняются обгон на лыжах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах	<p>Коммуникативные: работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Передвижение на лыжах, повороты переступанием на лыжах с палками, техника обгона на лыжах	
5 5	Подъем на склон «полуелочкой» и спуск на лыжах	Знать, как выполняются подъем на склон «полуелочкой» и спуск со склона в основной стойке	<p>Коммуникативные: сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Лыжные ходы, подъем на склон «полуелочкой», спуск со склона в основной стойке	

			<p>заданную цель.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полуелочкой»</p>			
5 6	Подъем на склон «елочкой»	Знать, как выполняются подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке	<p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять подъем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни	Лыжные ходы, подъем на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуск со склона в основной стойке	
5 7	Передвижение на лыжах змейкой	Знать, как	<p>Коммуникативные: сотрудничать</p>	Развитие этических		
		передвигаться на лыжах змейкой, как выполняются подъем	со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие	Передвижение на лыжах различными ходами и змейкой, подъем на склон «елочкой», спуск со	

		на склон «елочкой» и спуск в основной стойке	<p>информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на склон «елочкой» и спускаться в основной стойке</p>	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	склона в основной стойке	
5 8	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Передвижение на лыжах змейкой, подвижная игра на лыжах «Накаты»	

			<p>цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»</p>			
59	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Знать, как проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, как кататься на лыжах со склона и по лыжне	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить дистанцию 1,5 км на лыжах</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах со склона, свободное катание	
60	Контрольный урок по лыжной подготовке	Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Ступающий и скользящий лыжный шаг, повороты переступанием на лыжах, передвижение на лыжах змейкой, подъем на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуск со склона в основной стойке	

		змейкой, как подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой» и спускаться со склона в основной стойке	<p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке</p>			
Гимнастика с элементами акробатики						
6 1	Круговая тренировка	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, аде-</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Вышибалы»	

			<p>кватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>			
Подвижные игры						
6 2	Подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по гимнастической стенке, правила игры «Белочка-защитница»	<p>Коммуникативные: слушать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с обручами, лазанье по гимнастической стенке, подвижная игра «Белочка-защитница»	
Легкая атлетика						

6 3	Преодоление полосы препятствий	Знать, как проходить полосу препятствий, правила игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	
6 4	Усложненная полоса препятствий	Знать, как проходить усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подвижная игра «Совушка»	

			<p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: проходить усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»</p>			
6 5	Прыжок в высоту с прямого разбега	Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции,</p>	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	Разминка с гимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	

			<p>контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>			
6 6	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега на результат, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	<p>Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжки в высоту с прямого разбега на результат, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»</p>	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	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту на результат, подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	

6 7	Прыжок в высоту спиной вперед	Знать, как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки — дай руку»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Салки — дай руку»	
6 8	Контрольный урок по прыжкам в высоту	Знать технику выполнения прыжка в высоту спиной	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе,	Разминка с перевернутыми гимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Салки — дай руку»	

			<p>устной форме.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»</p>	формирование установки на безопасный образ жизни		
		вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки - дай руку»				
Подвижные игры						
6 9	Броски и ловля мяча в парах	<p>Знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры</p> <p>«Ловишка с мячом и защитниками»</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	Разминка в парах, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	

			<p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»</p>			
7 0	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять бросок</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие</p> <p>и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	

			мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»			
7 1	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», играть в подвижную</p>	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, развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижная игра «Вышибалы»	

			игру «Вышибалы»			
7 2	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», техника ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, подвижная игра «Охотники и утки»	
7 3	Эстафеты с мячом	Знать, как проводятся эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча,	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств,</p>	Разминка в движении с мячом, техника ведения мяча, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и утки»	

		правила подвижной игры «Охотники и утки»	<p>рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»</p>	доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
7 4	Упражнения и подвижные игры с мячом	Знать, как участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с мячом в движении, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и зайцы»	

			<p>новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»</p>			
Легкая атлетика						
7 5	Знакомство с мячами-хопах	Знать, что такое мячи-хопы, как на них прыгать, правила игры «Ловишка на хопах»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах»</p>	<p>Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хопах»</p> <p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни</p>		
7 6	Прыжки на мячах-хопах	Знать, как выполняются прыжки на мячах-	<p>Коммуникативные: владеть навыками речевого</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли</p>	<p>Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на</p>	

		хопах, правила игры «Ловишка на хобах»	отображения (описание, объяснение), слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать на мячах-хобах, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»	обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни	хопах»	
Подвижные игры						
7 7	Круговая тренировка	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую ин-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности	Разминка в движении круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	

			<p>формацию.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»</p>			
7 8	Подвижные игры	Знать технику бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», как выбирать подвижные игры и играть в них	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять броски в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», выбирать подвижные</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с мячом, техника бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижные игры	

			игры и играть в них			
7 9	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»</p>	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 взрослым в разных ситуациях, умение не создавать конфликты	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами»	
8 0	Броски мяча через волейбольную сетку на точность	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра «Точно в цель»	

			<p>действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>			
8 1	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра «Точно в цель»	

			<p>необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>			
8 2	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча через сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	

8 3	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку	Знать, как проходит контрольный урок по броскам мяча через сетку на дальность и точность, правила игры «Вышибалы через сетку»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять контрольные броски на дальность и точность, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячом, контрольные броски мяча через сетку на дальность и точность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	
Легкая атлетика						
8 4	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»	Знать, как выполняются броски набивного мяча от груди и «снизу», правила игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p>	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	Разминка с набивным 1 мячом, техника броска набивного мяча от груди и «снизу», подвижная игра «Точно в цель»	

			<p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: бросать набивной мяч от груди и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>			
8 5	Бросок набивного мяча из-за головы на дальность	Знать технику броска набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять цель.</p> <p>Познавательные: бросать набивной мяч от груди, «снизу», из-за головы, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы! подвижная игра «Точно в цель»	

Гимнастика с элементами акробатики

8 6	Тестирование вися на время	Знать технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования вися на время, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль.</p> <p>Познавательные: выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование вися на время, подвижная игра «Точно в цель»	
8 7	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со</p>	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Точно в цель»	

			<p>формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку</p> <p>взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	сверстниками		
Легкая атлетика						
8 8	Тестирование прыжка в длину с места	Знать правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Собачки»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Собачки»	

			<p>сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Собачки»</p>			
Гимнастика с элементами акробатики						
8 9	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Собачки»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тести-</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Собачки»	

			<p>рование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Собачки»</p>			
90	<p>Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30</p>	<p>Знать правила тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»</p>	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной</p>	<p>Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Земля, вода, воздух»</p>	
			<p>как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру</p>	<p>ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		

			«Земля, вода, воздух»			
Легкая атлетика						
9 1	Техника метания на точность (разные предметы)	Знать, как выполнять различные варианты метания и бросков на точность, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности.</p> <p>Познавательные: правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точность, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка с мешочками, различные варианты метания и бросков на точность, подвижная игра «Земля, вода, воздух»	
9 2	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Ловишка с	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности</p>	Разминка с мешочками, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

		мешочком на голове»	<p>свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
Подвижные игры						
9 3	Подвижные игры для зала	Знать различные подвижные игры, правила сдачи тестов и контрольных упражнений	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, обосновывать свою точку зрения, уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с гимнастическими палками, тесты и контрольные упражнения, 2—3 подвижные игры, выбранные учениками	

			<p>саморегуляции, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выбирать подвижные игры, учитывая интересы одноклассников, проходить тестирование</p>			
Легкая атлетика						
9 4	Беговые упражнения	Знать, какими бывают беговые упражнения, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Совушка»	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка»	

9 5	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Хвостики»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Хвостики»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Хвостики»
9 6	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко,	<p>Коммуникативные: владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»

		собирай быстрее»	<p>грамматическими нормами родного языка.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни		
9 7	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность	Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Хвостики»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Разминка в движении, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Хвостики»	

			<p>субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Хвостики»</p>			
Подвижные игры						
9 8	Подвижная игра «Хвостики», «Воробьи - вороны»	Знать варианты подвижной игры, правила подвижной игры	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции.</p> <p>Познавательные: играть в различные</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми	Беговая разминка, различные варианты подвижной игры «Хвостики», подвижная игра «Совушка»	

			варианты подвижной игры «Хвостики», в игру малой подвижности «Совушка»			
9 9	Бег на 1000 м	Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без отдыха, правила подвижной игры «Воробьи - вороны»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу.</p> <p>Регулятивные: осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: пробежать 1000 м без отдыха, играть в подвижную игру «Воробьи — вороны»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	Разминка, направленная на развитие гибкости, бег на 1000 м, подвижная игра «Воробьи — вороны»	
Легкая атлетика						
1 0 0	Сдача нормативов (основная группа) Тестирование (подготовительная и					

специальная группа)					
---------------------	--	--	--	--	--

Подвижные игры

101	Подвижные игры с мячом	Знать упражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тестирования	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.</p> <p>Познавательные: подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры с мячом, проходить тестирование</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с помощью учеников, 2—3 подвижные игры, тестирование
-----	------------------------	---	--	--	---

102	Подвижные игры	Подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.</p> <p>Познавательные: подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры и играть в них</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с помощью учеников, подвижные игры, подведение итогов года	

3 класс

Всего часов в год – 102 ч

Количество часов в неделю – 3 часа (34 учебных недель)

№ ур ок а	Тема урока	Планируемые результаты			Деятельность учащихся	Дата
		предметные	метопредметные	личностные		
Знания о физической культуре						
1	Вводный. Требования на уроках физической культуры	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»</p>	<p>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</p>	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	

Легкая атлетика

2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»	
3	Техника челночного бега	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: технично выполнять челночный бег, играть в</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной спра-</p>	Разминка в движении, челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	

			подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	ведливости и свободе		
4	Тестирование челночного бега 3 х 10м	Знать, как проходит тестирование	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про дуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 х 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 х Юм, подвижная игра «Собачки ногами	

		челночного бега ³ x Юм, правила подвижной игры «Собачки ногами»				
5	Способы метания мешочка (мяча) на дальность	Знать, какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	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	Беговая разминка, различные способы метания мешочка на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	
6	Тестирование метания мешочка на дальность	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»	

Знания о физической культуре

7	Пас и его значение для спортивных игр с мячом	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	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	Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Футбол»	
8	Спортивная игра «Футбол»	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в</p>	Формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, 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	Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Футбол»	

			спортивную игру «Футбол»			
Легкая атлетика						
9	Прыжок в длину с разбега	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка на месте, техника прыжка в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	
10	Прыжки в длину с разбега на результат	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	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, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Разминка на месте, прыжки в длину с разбега на результат, подвижная игра «Собачки ногами»	

				справедливости и свободе		
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка в движении по кругу, контрольные прыжки в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	
Подвижные и спортивные игры						
12	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка в движении по кругу, правила спортивной игры «Футбол», броски мяча из-за боковой, контрольная игра в футбол	

			правилам			
Легкая атлетика						
13	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с малым мячом, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы»	
Гимнастика с элементами акробатики						
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Белые медведи»	

			положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»			
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Белые медведи»	
Легкая атлетика						
16	Тестирование прыжка в длину с места	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Прыжковая разминка, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»	

			оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»			
Гимнастика с элементами акробатики						
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила игры «Волк во рву»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлении о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Прыжковая разминка, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Волк во рву»	
18	Тестирование виса на время	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	

		«Ловля обезьян с мячом»	друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»	отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
Подвижные и спортивные игры						
19	Подвижная игра «Перестрелка»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»	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	Разминка с мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Перестрелка»	
20	Футбольные упражнения	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,	Разминка с мячом, футбольные упражнения, подвижная игра «Перестрелка»	

		игры «Перестрелка»	отношения. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
21	Футбольные упражнения в парах	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<i>Коммуникативные:</i> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячами в парах, футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»	
22		Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<i>Коммуникативные:</i> управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	Разминка с мячами в парах, футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»	

			<p>осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»</p>	социальных ситуациях		
23	Подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Разминка с мячом в парах, техника бросков и ловли мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	
24	Броски и ловля мяча в парах	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои</p>	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Осада города»	

			<p>сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	<p>поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>		
Знания о физической культуре						
25	Закаливание	<p>Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Закаливание, разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Подвижная цель»</p>	

Подвижные и спортивные игры						
26	Ведение мяча				Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»	
27	Подвижные игры				Разминка в движении, 2—3 подвижные игры, подведение итогов четверти	
Гимнастика с элементами акробатики						
28	Кувырок вперед				Разминка на матах, техника кувырка вперед, подвижная игра «Удочка»	
29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие				Разминка на матах, техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие	
30	Варианты выполнения кувырка вперед	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание</p>	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	Разминка на матах с резиновыми кольцами, варианты выполнения кувырка вперед, игрово упражнение на внимаш	

31	Кувырок назад	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>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</p>	Разминка на матах с резиновыми кольцами, техника кувырка назад, подвижная игра «УдочкаА»	
32	Кувырки	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную и фу «Мяч в туннеле»</p>	<p>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</p>	Разминка с массажным мячом, кувырок вперед, кувырок назад, подвижная игра «Мяч в туннеле»	
33	Круговая	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе</p>	Разминка с массажным мячом, круговая тренировка, подвижная игра «Мяч в туннеле»	

	тренировка	подвижной игры «Мяч в туннеле»	его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	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		
34	Стойка на голове	Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка с гимнастическими палками, техника выполнения стойки на голове, подвижная игра «Парашютисты»	
35	Стойка на руках	Знать технику стойки на голове и	<i>Коммуникативные:</i> сотрудничать в ходе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	Разминка с гимнастическими палками, стойка на голове, стойка на руках, подвижная игра	

		руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	групповой работы. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. <i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	«Парашютисты»	
36	Круговая тренировка	Знать, как выполнять стойку на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	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	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, стойка на голове и руках, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»	
37	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	Знать, как выполнять лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формировать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»	

			<p>познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>			
38	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	<p>Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: лазать и перелезать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла уче</p> <p>ния, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Разминка у гимнастической стенки, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»	

39	Прыжки в скакалку	Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	
40	Прыжки в скакалку в тройках	Знать, как выполнять прыжки в скакалку и прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друга.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия»	
41	Лазанье по канату в три приема	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку в тройках, лазанье по канату в три приема, подвижная игра «Будь осторожен»	

		подвижной игры «Будь осторожен»	задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
42	Круговая тренировка	Знать, как про ходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь осторожен»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»	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, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка со скакалками, круговая тренировка, подвижная игра «Будь осторожен»	
43	Упражнения на гимнастическом	Знать, как выполнять прыжки в	Коммуникативные: представлять конкретное	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на	

	бревне	скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Шмель»	<p>содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру</p>	<p>личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	гимнастическом бревне, подвижная игра «Шмель»	
44	Упражнения на гимнастических кольцах	Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	<p>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</p>	Разминка, направленная на развитие координации движений, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

45	Круговая тренировка	<p>Знать комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять упражнения</p> <p>на гимнастическом бревне, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки с домиками»</p>	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции.</p> <p>Познавательные: выполнять комбинацию на кольцах и упражнения на бревне, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки</p> <p>на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка в движении, комбинация на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, круговая тренировка, подвижная игра «Салки с домиками»</p>	
46	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	<p>Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»</p>	<p>Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	<p>Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, подвижная игра «Белочка-защитница»</p>	

47	Варианты вращения обруча	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	<p>Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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	Разминка с обручами, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, варианты вращения обруча, подвижная игра «Перебежки с мешочком на голове»	
48	Круговая тренировка	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	<p>Коммуникативные: уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного 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	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры	

			выбирать подвижные игры и играть в них			
Лыжная подготовка						
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом</p>	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	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и метод ее подбора, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	

	палками	лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без 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 эстетических потребностей, ценностей и чувств	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	

52	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться</p> <p>на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений</p> <p>о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	
53	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться</p> <p>на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений</p> <p>о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	

			на лыжах различными ходами			
54	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах различными ходами	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться</p> <p>на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений</p> <p>о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	
55	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные:</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый</p>	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	

			поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом			
56	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	
57	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	

		км	указанию взрослого. Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	отзывчивости		
58	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	
59	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться по-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	

			переменным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах			
60	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: передвигаться одновременно двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке на лыжах	
61	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	

		и без них	контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
62	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	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	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	
63	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	

	прыжком	передвижения на лыжах разными ходами	друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
64	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	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	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками и без них	

65	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	
66	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах	

			двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом			
67	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	
68	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	

69	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	
70	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: передвигаться одновременно двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке на лыжах	
71	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под	Знать технику изученных лыжных ходов, технику	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и	

	уклон в основной стойке на лыжах	подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: передвигаться одновременно двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	«елочкой», спуск в основной стойке на лыжах	
72	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: передвигаться одновременно двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке на лыжах	
73	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах, как спускаться со склона	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и	Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон, спуск со склона в основной стойке	

		на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
74	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах, как спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон, спуск со склона в основной стойке	
75	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», правила	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений	Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змейкой», подвижная игра «Накаты»	

		подвижной игры на лыжах «Накаты»	<p>слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»</p>	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		
76	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах, правила подвижной игры «Накаты»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»</p>	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	Спуск на лыжах в приседе, подвижная игра «Накаты», передвижение на лыжах различными ходами	
77	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие са-	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со склона в низкой стойке	

		лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	цели. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
78	Контрольный урок по лыжной подготовке	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, как поворачиваться на лыжах переступанием и прыжками, как передвигаться на лыжах «змейкой», как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в низкой стойке	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Ступающий, скользящий шаг на лыжах, попеременный двухшажный и одновременный двухшажный лыжные ходы, повороты переступанием и прыжком на лыжах, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск со склона в низкой стойке	
Подвижные игры						

79	Эстафеты с мячом	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами	
80	Подвижные игры	Подвижные игры	Подвижные игры	Подвижные игры	Беговая разминка, подвижные игры, подведение итогов четверти	
81	Эстафеты с мячом	Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами	

Легкая атлетика

82	Полоса препятствий	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	
83	Усложненная полоса препятствий	Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Совушка»	

84	Прыжок в высоту с прямого разбега	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»</p>	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	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	
85	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»</p>	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	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега на результат, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	
85	Прыжок в высоту спиной вперед	Знать, как прыгать в высоту спиной вперед и с прямого бега, правила подвижной игры	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои	Разминка с перевернутыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Штурм»	

		«Штурм»	<p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»</p>	<p>поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе</p>		
86	Прыжки на мячах-хопах	<p>Знать технику прыжков на мячах-хопах, правила подвижной игры «Ловишка на хобах»</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки</p> <p>на безопасный и здоровый образ жизни</p>	<p>Разминка в парах с мячами-хопами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хобах»</p>	
Подвижные игры						
87	Эстафеты с мячом	<p>Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячом</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и</p>	<p>Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами</p>	

		мячами-хопами	<p>Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами</p>	здоровый образ жизни		
88	Подвижные игры	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Беговая разминка, подвижные игры, подведение итогов четверти	
Подвижные и спортивные игры						
89	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	

		через сетку»	<p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»</p>	и взрослым в разных ситуациях		
90	Подвижная игра «Пионербол»	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками,</p> <p>умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку	
Знания о физической культуре						
91	Волейбол как вид спорта	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение	Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»	

		упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>		
Подвижные и спортивные игры						
92	Подготовка к волейболу	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p>Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	Разминка с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол»	
93	Контрольный урок по волейболу	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют,	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в	Разминка с мячом в движении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»	

		правила подвижной игры «Пионербол»	коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	разных социальных ситуациях		
Легкая атлетика						
94	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», 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	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу», подвижная игра «Точно в цель»	

95	Броски набивного мяча правой и левой рукой	Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	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	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы, а также правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»	
Гимнастика						
96	Тестирование виса на время	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с мячом в движении, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч»	

97	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе,</p> <p>развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	Разминка с мячом, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Борьба за мяч»	
----	---	---	---	---	---	--

Легкая атлетика

98	Тестирование прыжка в длину с места	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками</p>	Разминка, направленная на подготовку организма к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»	
----	-------------------------------------	--	--	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

99	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания I на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, спортивная игра «Гандбол»	
100	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирования подъема туловища из</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Гандбол»	

			положения лежа на спине за 30 с, играть в спортивную игру «Гандбол»			
Подвижные и спортивные игры						
10 1	Знакомство с баскетболом	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	
Легкая атлетика						
10 2	Сдача нормативов (основная группа) Тестирование (подготовительная и					

	специальная группа)					
--	---------------------	--	--	--	--	--

4 класс

Всего часов в год – 102 ч

Количество часов в неделю – 3 часа (34 учебных недель)

№ ур	Тема урока	Планируемые результаты			Деятельность учащихся	Дата
		предметные	мета предметные	личностные		
Знания о физической культуре						
1	Вводный. Требования на уроках физической культуры	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<p><i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение</p> <p>социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	<p>Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры. строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»</p>	

			упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»			
Легкая атлетика						
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»	
3	Техника челночного	Знать технику челночного бега, правила	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие	Разминка в движении, челночный бег, подвижные	

	бега	подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	
4	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Собачки ногами»	

			<p>взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>			
5	Бег на 60 м с высокого старта	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	
6	Метание мешочка на дальность	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность,	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за</p>	Беговая разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, метания	

		как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики»	вопросов, слушать и слышать 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»	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики»	
Подвижные и спортивные игры						
7	Техника паса в футболе	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	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка в движении, техника паса в футболе, подвижная игра «Собачки ногами»	

			игру «Собачки ногами»			
Знания о физической культуре						
8	Спортивная игра «Футбол»	Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол»	
Легкая атлетика						
9	Техника прыжка в длину с разбега	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	
10	Прыжок в длину с разбега на	Знать технику прыжка в	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра	

	результат	длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	дуктивной кооперации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол»	безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	«Футбол»	
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально–нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки»	
Подвижные и спортивные игры						
12	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–нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка в движении, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	

Легкая атлетика

13	Тестирование метания малого мяча на точность	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы»	
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	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	Разминка с малыми мячами, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Перестрелка»	
15	Тестирование подъема туловища из	Знать правила проведения	Коммуникативные: с достаточной полнотой и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям,	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема	

	положения лежа за 30 с	я тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила по подвижной игры «Перестрелка»	точноcтью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка»	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Перестрелка»	
Легкая атлетика						
16	Тестирование прыжка в длину с места	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 тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельноcти и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование прыжка в длину с места, подвижная и фа «Волк во рву»	
Гимнастика с элементами акробатики						
17	Тестирование подтягиваний и отжиманий	Знать правила проведения тестирования	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	Разминка с гимнастическими палками, тестирование подтягиваний и отжиманий, подвижная игра «Анти-	

		подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы»	рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы»	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	вышибалы»	
18	Тестирование виса на время	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-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Вышибалы»	
Подвижные и спортивные игры						
19	Броски и ловля мяча в парах	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах,	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из	Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Защита стойки»	

		правила по- движной игры «Защита стойки»	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»	спорных ситуаций		
20	Броски мяча в парах на точ- ность	Знать, какие ва- рианты бросков на точность су- ществуют, правила подвижно й игры «Защита стойки»	Коммуникативные: добывать недо- стающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокор- рекции, 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 обучаю- щегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита стойки»	
21	Броски и ловля мяча в парах	Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность,	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств,	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность, подвижная игра	

		правила по-двигной игры «Капитаны»	<p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны»</p>	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	«Капитаны»	
22	Броски и ловля мяча в парах у стены	Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила по-двигной игры «Капитаны»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны»</p>	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	Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная игра «Капитаны»	
23	Подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада	

		мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города»	задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города»	разных социальных ситуациях	города»	
24	Броски и ловля мяча	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города»	
25	Упражнения с мячом	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы	Разминка с мячом, броски и ловля мяча, подвижная игра «Штурм»	

26	Ведение мяча	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила подвижной игры «Штурм»	<p>Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Беговая разминка, подвижные игры, итоги четверти	
27	Подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения, как подводить итоги четверти	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Беговая разминка, подвижные игры, итоги четверти	
Гимнастика с элементами акробатики						
28	Кувырок Вперед	Знать технику выполнения кувырка	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	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	Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	

		вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка»	соответствии с 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»	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка на матах, кувырок вперед с места, с разбега, через препятствие, подвижная игра «Удочка»	
Знания о физической культуре						
30	Зарядка	Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических	Зарядка, техника различных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»	

		варианты кувырок вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырок вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	потребностей, ценностей и чувств		
Гимнастика с элементами акробатики						
31	Кувырок назад	Знать правил;! выполни я зарядки, технику выполни я 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	Зарядка, кувырок назад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»	
32	Круговая тренировка	Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать	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	Зарядка, круговая тренировка, игровое упражнение на внимание	

		тренировок и существующих правил выполнения игрового упражнения на внимание	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	сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
33	Стойка на голове и руках	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять зарядку, стойку на руках и	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	Зарядка, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»	

			голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»			
--	--	--	---	--	--	--

Знания о физической культуре

34	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека	Знать историю гимнастик и, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»	
----	--	---	---	---	---	--

Гимнастика с элементами акробатики

35	Гимнастические упражнения	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают	<p>Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка на гимнастических матах с мяче гимнастические упражнения, игровое упражнение на внимание	
36	Висы	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной</p>	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	Разминка на матах с мячом, висы, подвижная игра «Ловля обезьян»	

		игры «Ловля обезьян»	форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»			
37	Лазанье по гимнастической стенке и висы	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 себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	

			мячом»			
38	Круговая тренировка	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	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	Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка	
39	Прыжки в скакалку	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные:</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку к подвижная игра «Горячая линия»	

			прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»			
40	Прыжки в скакалку в тройках	Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия»	
41	Лазанье по канату в два приема	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные:</p>	<p>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</p>	Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен»	

		игры «Будь осторожен»	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»			
42	Круговая тренировка	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра «Игра в мяч с фигурами»	
43	Упражнения на гимнастическом	Знать, какие	Коммуникативные: представлять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	Разминка на гимнастических скамейках,	

	бревне	упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	конкретное 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 гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч»	
44	Упражнения на гимнастических кольцах	Знать комбинацию на гимнастических кольцах, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических	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	Разминка на скамейках, упражнения на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч»	

		игры «Салки и мяч»	кольцах и гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»			
45	Махи на гимнастических кольцах	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-нравственной отзывчивости	Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	
46	Круговая тренировка	Знать, как выполнять махи и выкрут на гимнастических кольцах, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке,	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.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Разминка с резиновыми кольцами, махи и выкрут на гимнастических кольцах, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	

		как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	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»			
47	Вращение обруча	Знать, какие варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра «Катание колеса»	
48	Круговая	Знать технику	Коммуникативные: обеспечивать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и	Разминка с обручами, стойка на голове, стойка	

	тренировка	выполнены стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса»	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»	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	на руках, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса»	
--	------------	---	---	--	--	--

Лыжная подготовка

49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый	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	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и инвентарь, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	
----	--	--	---	--	---	--

		<p>подготовки, технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок</p>	<p>уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом</p>			
50	<p>Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками</p>	<p>Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием</p>	<p>Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям</p>	<p>Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты на лыжах переступанием</p>	

51	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	Знать технику выполнения попеременного и одновременного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком	
52	Попеременный одношажный ход на лыжах	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне	

		обгона на лыжне	обгонять на лыжной трассе			
53	Попеременный одношажный ход на лыжах	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне	
54	Одновременный одношажный ход на лыжах	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне	

		обгона на лыжне	обгонять на лыжной трассе			
55	Одновременный одношажный ход на лыжах	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне	
56	Подъем на склон «елочкой», «полу- елочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: кататься на лыжах,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке	

		спуска в основной стойке и торможения «плугом»	применяя различные ходы, спускаться со склона в основнойстойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом»			
57	Подъем на склон «елочкой», «полу- елочкой» и спуск в основной стойке на лыжах	Знать технику выполнения лыжных ходов, технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», технику спуска в основной стойке и торможения «плугом»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: кататься на лыжах, применяя различные ходы, спускаться со склона в основной стойке, подниматься на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», тормозить «плугом»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Лыжные ходы, подъем на склон «елочкой» и «полуелочкой», спуск в основной стойке	
58	Подъем на склон «лесенкой», торможение	Знать технику спуска со	Коммуникативные: добывать недостающую	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче	Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елоч-	

	«плугом» на лыжах	склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	ния, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	кой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом»	
59	Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в	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	Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «плугом»	

			низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»			
60	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	
61	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	

		«Накаты»	заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»			
62	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	
63	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные:	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,	Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой», подвижная игра «Накаты»	

		подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	социальной справедливости и свободе		
64	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой», подвижная игра «Накаты»	

65	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»</p>	<p>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</p>	Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой», подвижная игра «Накаты»	
66	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и</p>	<p>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</p>	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	

		предмет»	самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»			
67	Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	
68	Прохождение дистанции 2 км на лыжах	Знать технику спуска со склона в низкой стойке,	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на	Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободное катание	

		правила подвижных игр на лыжах «На-каты» и «Подними предмет»	друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» «Подними предмет»	основе представлений о нравственных нормах, социальной		
69	Контрольный урок по лыжной подготовке	Знать, как передвигаться на лыжах различными и	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	Лыжные ходы, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой»,	
Легкая атлетика						
70	Полоса препятствий	Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать тра-	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	Разминка в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»	

		<p>я для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка»</p>	<p>ектории развития через включение в новые виды деятельности.</p> <p>Познавательные: преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка»</p>			
71	Усложненная полоса препятствий	<p>Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовит ельные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности.</p> <p>Познавательные: преодолевать усложненную полосу</p>	<p>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</p>	<p>Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»</p>	

		«Удочка»	препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть			
72	Прыжок в высоту с прямого разбега	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	
73	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять дейст-	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	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»	

		игры «Вышибалы с ранением»	вие 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»			
--	--	----------------------------	--	--	--	--

Знания о физической культуре

74	Физкультминутка	Знать, что такое физкультминутки, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Коммуникативные: владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими 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»,	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	Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминуток, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»	
----	-----------------	---	---	--	--	--

			играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»			
Гимнастика с элементами акробатики						
75	Знакомство с опорным прыжком	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Ловишка на хобах»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Ловишка на хобах»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыжок в высоту спиной вперед, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хобах»	
76	Опорный прыжок	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный,	Разминки с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хобах»	

		«Ловишка на хобах»	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 хобах»	здоровый образ жизни		
77	Контрольный урок по опорному прыжку	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила выбранной подвижной игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с включенными упражнениями из физкультминуток, опорный прыжок, подвижная игра	
Подвижные и спортивные игры						
78	Броски мяча через волейбольную сетку	Знать технику выполнения броска мяча через	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков	Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вы-	

		волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	ми 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»	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты	шибалы через сетку»	
79	Подвижная игра «Пионербол»	Знать технику выполнения бросков мяча через сетку, варианты ловли мяча, правила	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол	Разминка с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча, подвижная игра «Пионербол»	
80	Упражнения с	Знать различные	Коммуникативные: устанавливать рабочие	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	Разминка с мячом, упражнения с мячами в	

	мячом	варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол»	отношения, управлять поведением партнера. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	парах, подвижная игра «Пионербол»	
81	Волейбольные упражнения	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»	
82	Контрольный урок по волейболу		Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача-	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социаль-	Разминка с мячом в движении, умения из области волейбола, подвижная игра «Пио-	

			ми и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	ных ситуациях	нербол»	
--	--	--	---	---------------	---------	--

Легкая атлетика

83	Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы»	Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч	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	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», подвижная игра «Точно в цель»	
----	--	---	--	--	---	--

			способами «от груди», «снизу», «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель»			
84	Броски набивного мяча правой и левой рукой	Броски набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»	

Гимнастика с элементами акробатики

85	Тестирование виса на время	Знать правила проведения тестирования виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч»	
----	----------------------------	---	---	--	--	--

86	Тестирование наклона из положения стоя	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона из положения стоя	
----	--	---	---	---	---	--

Легкая атлетика

87	Тестирование прыжка в длину с места	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тести-</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»	
----	-------------------------------------	---	--	---	--	--

			рование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»			
Гимнастика с элементами акробатики						
88	Тестирование подтягиваний и отжима-	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягиваний и отжиманий, спортивная игра «Гандбол»	
89	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа на	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные:	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Баскетбол»	

		спине за 30 с, правила спортивной игры «Баскетбол»	адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в спортивную игру «Баскетбол»			
--	--	--	---	--	--	--

Подвижные и спортивные игры

90	Баскетбольные упражнения	Знать технику выполнения баскетбольных упражнений и бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять баскетбольные упражнения, бросать мяч в баскетбольное кольцо разными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни	Разминка с мячом, баскетбольные упражнения, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	
----	--------------------------	--	--	--	---	--

Легкая атлетика

91	Тестирование метания малого	Знать правила проведения	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выразить	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие	Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность,	
----	-----------------------------	--------------------------	--	---	---	--

	мяча на точность	я тестирован ия метания малого мяча на точность, правила спортивно й игры «Баскет- бол»	свои мысли в соответствии с зада- чами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестиро- вание метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо- сти и свободе	спортивная игра «Баскетбол»	
--	------------------	---	--	---	--------------------------------	--

Подвижные и спортивные игры

92	Спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнени я бросков мяча в баскетболь ное кольцо, правила спортивно й игры «Баскет- бол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про- дуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать мяч в бас- кетбольное кольцо различными спо-	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	
----	--------------------------------	--	---	---	--	--

			собаками, играть в спортивную игру «Баскетбол»			
Легкая атлетика						
93	Беговые упражнения	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики»</p>	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	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики»	
94	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с вы-	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо-	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ножной мяч»	

		сокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч»	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»	сти и свободе		
95	Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x Юм с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x Юм, играть в подвижную игру «Бросай далеко,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x Ю м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	

			собирай быстрее»			
96	Тестирование метания мешочка на дальность	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры «Флаг на башне»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Флаг на башне»	
Подвижные и спортивные игры						
97	Футбольные упражнения	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	

		спортивно й игры «Футбол»	силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокор- рекции Познавательные: выполнять фут- больные упражнения, играть в спортивную игру			
98	Спортивная игра «Футбол»	Знать, какие варианты футбольны х упражнени й существую т, правила спор- тивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача- ми и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выде- лять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять фут- больные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Разминка с мячами, футбольные упражне- ния, спортивная игра «футбол»	
Легкая атлетика						
99	Сдача нормативов (основная					

	группа) Тестирование (подготовительная и специальная группа)					
Подвижные и спортивные игры						
100	Спортивные игры	Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Разминка в движении, спортивные игры, эстафета с передачей эстафетной палочки	
101	Подвижные и спортивные игры	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных	Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года	

		выбранных игр, как подводить итоги года	<p>учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года</p>	ситуаций		
102	Подвижные и спортивные игры	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года	

