

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №20»

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
Протокол № 2  
от 25 августа 2020 г  
руководитель ШМО  
Н.Н. Хальзова  
Хальзова Н. Н.

Согласовано:  
зам. директора по УВР  
Н.П. Бессонова  
Бессонова Н.П.  
28 августа 2020 г

Утверждаю:  
Приказ № 142  
от 28 августа 2020 г  
директор школы  
Л.В. Константинова  
Константинова Л.В.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Ступень обучения (класс) 2

Количество часов 102

Уровень базовый

Учитель Илеува Екатерина Александровна

категория высшая

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Примерной образовательной программы по предмету, авторской программы по физической культуре В. И. Ляха и ориентирована на использование учебно – методического комплекта:

Лях В.И. Физическая культура 1 – 4 классы: учеб. для общеобразоват. Организаций / Лях В.И. – Просвещение, 2015г.

2020 – 2021 учебный год  
п. Красноярский

## 1. Пояснительная записка

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

### Общая характеристика предмета

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

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

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

#### **Задачи обучения:**

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

## **Общая характеристика курса**

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

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм. Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требованиях к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте;
- концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Федеральном законе «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программе начального общего образования;
- приказе Минобрнауки РФ от 30 августа 2010 г. № 889.

Уровень изучения учебного материала в данной программе: **базовый**.

## **Описание места учебного предмета «Физическая культура» в базисном учебном плане**

На курс «Физическая культура» во 2 классе отводится 102 ч (3 ч/нед.). Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки РФ от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

## **2. Планируемые результаты.**

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (приказ Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 2 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

#### **Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- 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.

### ***Метапредметные результаты:***

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, готовности конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### ***Предметные результаты:***

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры ит. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

## **3.Содержание учебного предмета.**

К концу учебного года **учащиеся научатся:**

**по разделу «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;

**по разделу «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;

**по разделу «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; по разделу «Лыжная подготовка» — передви-

гаться 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»;

**по разделу «Подвижные игры»** — играть в подвижные игры: «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 смешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хобах», «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.

### **Распределение учебных часов по разделам программы**

Количество часов, отводимых на изучение каждой темы, и количество контрольных работ по данной теме приведено в таблице.

Тема	Кол – во часы	Кол-во контрольных работ (тест)
Знания о физической культуре	1	
Гимнастика с элементами акробатики	31	1
Легкая атлетика	28	1
Лыжная подготовка	12	
Подвижные игры	27	2
<b>Общее количество часов</b>	<b>102</b>	<b>4</b>

#### 4. Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Тип урока	Решаемые проблемы	Элементы содержания	Планируемые результаты			Дата
					Предметные	УУД	Личностные	
<b>Знания о физической культуре (1 час)</b>								
1.	Организационно-методические указания	Комбинированный	Повторение построения в колонну и шеренгу, ознакомление с организационно-методическими требованиями, проведение подвижных игр «Ловишка» и «Салки с домиками»	Понятия «шеренга» и «колонна», организационно-методические указания, подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	Дифференцировать понятия «шеренга» и «колонна», строиться в колонну в движении, выполнять организационные требования на уроках физкультуры, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками»	<b>Коммуникативные</b> : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные</b> : осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию <b>Познавательные</b> : объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
<b>Легкая атлетика (5 часов)</b>								
2.	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный урок	Разучивание беговой разминки, тест бега на 30 м, проведение игры «Ловишка», разучивание игры «Салки — дай руку»	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	Выполнять беговую разминку, знать правила тестирования бега на 30 м, играть в игры «Ловишка» и «Салки — дай руку»	<b>К</b> : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.; <b>Р</b> : адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П</b> : рассказывать правила	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	

						тестирования и правила игр «Ловишка», «Салки»		
3.	Техника челночного бега	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение игры «Прерванные пятнашки», повторение игры «Салки — дай руку»	Разминка в движении, техника челночного бега, подвижные игры «Прерванные пятнашки», «Салки - дай руку»	Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки - дай руку»	<b>К.:</b> сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. <b>Р.:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели. <b>Л.:</b> рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Салки — дай руку»	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	
4.	Тестирование челночного бега 3x10м	Контрольный урок	Повторение разминки в движении, тестирование челночного бега 3x10 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Колдунчики»	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, подвижная игра «Колдунчики»	Знать правила тестирования челночного 3x10 м, правила подвижной игры «Колдунчики»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>Л.:</b> рассказывать правила тестирования челночного бега 3 x 10 м и правила подвижной игры	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	

						«Колдунчики»	
5.	Техника метания мешочка на дальность	Комбинированный	Разучивание разминки с мешочками, повторение техники метания мешочка на дальность, повторение подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»	Разминка с мешочками, техника метания мешочка на дальность, подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики»	Знать технику метания мешочка на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижных игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	<b>К.:</b> устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Р.:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>П.:</b> рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики»	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
6.	Тестирование метания мешочка на дальность	Контрольный урок	Повторение разминки с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, проведение подвижной игры «Хвостики»	Разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Хвостики»	Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, выполнять разминку с мешочками, понимать правила подвижной игры «Хвостики»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П.:</b> рассказывать правила тестирования метания	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

						мешочка на дальность и правила подвижной игры «Хвостики»		
<b>Гимнастика с элементами акробатики (1 час)</b>								
7.	Упражнения на координацию движений	Комбинированный	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, разучивание метания гимнастической палки ногой, проведение подвижной игры «Командные хвостики»	Разминка, направленная на развитие координации движений, метание гимнастической палки ногой, подвижная игра «Командные хвостики»	Выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, понимать правила подвижной игры «Командные хвостики»	<b>К.:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>П.:</b> рассказывать и показывать технику выполнения метания гимнастической палки ногой, правила - игры «Командные хвостики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
<b>Знания о физической культуре (1 час)</b>								
8.	Физические качества	Комбинированный	Повторение разминки, направленной на	Разминка, направленная на развитие коор-	Называть физические качества,	<b>К.:</b> с достаточной полнотой и точностью	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла	

			развитие координации движений, знакомство с понятиями, обозначающими физические качества, проведение игры «Командные хвостики»	динации движений, физические качества, метание гимнастической палки ногой, подвижная игра «Командные хвостики»	выполнять метание гимнастической палки ногой на дальность, разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила подвижной игры «Командные хвостики»	выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>П.:</b> рассказывать о физических качествах и о технике выполнения метания гимнастической палки ногой, играть в игру «Командные хвостики»	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	
--	--	--	--	--	---	---	--	--

**Легкая атлетика (3 часа)**

9.	Техника прыжка в длину с разбега	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, повторение понятий, обозначающих физические качества, разучивание техники прыжка в длину с разбега,	Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	<b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> определять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия	
----	----------------------------------	----------------------	--	--	--	---	--	--

			разучивание подвижной игры «Флаг на башне»			новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>П.:</b> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в игру «Флаг на башне»	другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
10.	Прыжок в длину с разбега	Комбинированный урок	Проведение разминки в движении, проверка знаний о физических качествах, повторение техники прыжка в длину с разбега, повторение подвижной игры «Флаг на башне»	Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила подвижной игры «Флаг на башне»	<b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через новые виды	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, 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	

						<p>деятельности и формы сотрудничества. <b>П.:</b> рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в игру «Флаг на башне»</p>		
11.	Прыжок в длину с разбега на результат	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, выполнение прыжка в длину с разбега на результат, проведение подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат, подвижные игры «Салки» и «Флаг на башне»	Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, знать правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне»	<p><b>К.:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. <b>Р.:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на</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 безопасный образ жизни	

						результат, правила игры «Флаг на башне»		
<b>Подвижные игры(1час)</b>								
12	Подвижные игры <b>Тест №1</b>	Комбинированный урок	Повторение разминки в движении, совершенствование техники прыжка в длину с разбега на результат, проведение подвижных игр по желанию учеников	Разминка в движении, прыжок в длину с разбега на результат, подвижные игры по желанию учеников	Выполнять прыжок в длину с разбега на результат, договариваться и выбирать подвижные игры для совместной игры	<b>К.:</b> организовывать и осуществлять совместную деятельность, обобщать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. <b>Р.:</b> использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. <b>П.:</b> выполнять прыжок в длину с разбега на результат, выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
<b>Легкая атлетика (1час)</b>								
13.	Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Разучивание разминки с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, разучивание игры «Бездомный заяц»	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Бездомный заяц»	Выполнять разминку с малыми мячами, знать правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П.:</b> рассказывать	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	

						правила тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»		
<b>Гимнастика с элементами акробатики (2 часа)</b>								
14.	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, тест наклона вперед из положения стоя, повторение игры «Бездомный заяц»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, игра «Бездомный заяц»	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Бездомный заяц»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П.:</b> проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Бездомный заяц»	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	
15.	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный урок	Повторение разминки в движении, направленной на развитие гибкости, тест подъема туловища, проведение «Вышибалы	Разминка, направленная на развитие гибкости, тест подъема туловища из положения лежа за 30 с, игра «Вышибалы»	Выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, знать правила тестирования подъема туловища, правила подвижной игры «Вышибалы»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П.:</b> проходить тестирование подъема	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	

						туловища из положения лежа, играть в подвижную игру «Вышибалы»		
<b>Легкая атлетика (1 час)</b>								
16.	Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный урок	Разучивание разминки направленной на развитие координации движений, тест прыжка в длину с места	Разминки направленная на развитие координации движений, тест прыжка в длину с места, игра «Волк во рву»	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила теста прыжка в длину с места, понимать правила игры «Волк во рву»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П.:</b> проходить тест прыжка в длину с места, играть в игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на здоровый образ жизни	
<b>Гимнастика с элементами акробатики (2 часа)</b>								
17.	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Контрольный урок	Повторение разминки направленной на развитие координации движений, тест подтягиваний повторение игры «Вышибалы	Разминки направленная на развитие координации движений, тест подтягиваний лежа согнувшись, игра «Вышибала»	Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, знать правила теста подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Вышибалы»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П.:</b> проходить тест подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, 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	

18.	Тестирование вися на время	Контрольный урок	Разучивание разминки у гимнастической стенки, тест вися на время, разучивание подвижной игры «Ловля обезьян»	Разминка у гимнастической стенки, тест вися на время, подвижная игра «Ловля обезьян»	Выполнять разминку у гимнастической стенки, знать правила тестирования вися на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <b>П.:</b> проходить тестирование вися на время, играть в игру «Ловля обезьян»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе социальной справедливости и свободе
-----	----------------------------	------------------	--	--	--	--	--

**Подвижные игры(1час)**

19.	Подвижная игра «Кот и мыши»	Комбинированный	Проведение разминки у гимнастической стенки, разучивание упражнений в подлезании, разучивание подвижной игры «Кот и мыши»	Разминка у гимнастической стенки, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши»	Выполнять разминку у гимнастической стенки, знать правила тестирования вися на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	<b>К.:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> выполнять подлезания, играть в игру «Кот и мыши»	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
-----	-----------------------------	-----------------	---	--	--	--	---

**Знания о физической культуре (1час)**

20.	Режим дня	Комбинированный	Знакомство с	Режим дня,	Знать, что такое	<b>К.:</b> представлять	Развитие мотивов учебной
-----	-----------	-----------------	--------------	------------	------------------	-------------------------	--------------------------

		ный	режимом дня, разучивание разминки с малыми мячами, повторение упражнений в подлезании, повторение подвижной игры «Кот и мыши»	разминка с малыми мячами, упражнения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши»	режим дня, выполнять разминку с малыми мячами, упражнения в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мыши»	конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> рассказывать о режиме дня, подлезать под препятствие, играть в игру «Кот и мыши»	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	
--	--	-----	---	--	---	---	--	--

**Подвижные игры (3 часа)**

21.	Ловля и броски мяча в парах	Комбинированный	Повторение разминки с малыми мячами, разучивание бросков и ловли малого мяча в парах, разучивание игры «Салки с резиновыми кружочками»	Разминка с малыми мячами, броски и ловля малого мяча в парах, подвижная игра «Салки с резиновыми кружочками»	Выполнять разминку с малыми мячами, знать, как выполняются броски и ловля малого мяча в парах, правила подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками»	<b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). <b>Р.:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <b>П.:</b> повторить уп-	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	
-----	-----------------------------	-----------------	--	--	---	--	--	--

						ражнения с малым мячом, играть в игру «Салки с резиновыми кружочками»		
22.	Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный	Разучивание разминки с мячами в парах, совершенствование техники ловли и бросков мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<b>К.:</b> использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира <b>Р.:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П.:</b> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в игру «Осада города»	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	
23.	Броски и ловля мяча в парах	Репродуктивный	Повторение разминки с мячами в парах, совершенствование техники ловли и бросков мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячами в парах, ловля и броски мяча в парах, подвижная игра «Осада города»	Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<b>К.:</b> сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р.:</b> определять новый уровень отноше-	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	

						<p>ния к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию и рефлексию деятельности. <b>П.:</b> выполнять упражнения с мячом в парах, играть в игру «Осада города»</p>	<p>личной ответственности за свои поступки</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Знания о физической культуре (1час)**

24.	<p>Частота сердечных сокращений, способы ее измерения</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>Знакомство способами измерения частоты сердечных сокращений, разучивание разминки с мячами, совершенствование техники ведения мяча, разучивание игры «Салки с резиновыми кольцами»</p>	<p>Частота сердечных сокращений и способы ее измерения, разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Салки с резиновыми кольцами»</p>	<p>Знать, что такое частота сердечных сокращений и способы ее измерения, выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами»</p>	<p><b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р.:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Салки с резиновыми кольцами»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли 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>	
-----	---	------------------------	---	---	---	--	---	--

**Подвижные игры (3 часа)**

25.	Ведение мяча	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячами, совершенствование техники ведения мяча, проведение игры «Ночная охота»	Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Ночная охота»	Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «Ночная охота»	<b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота»	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	
26.	Упражнения с мячом	Комбинированный урок	Знакомство с дневником самоконтроля, разучивание разминки с мячами в движении, выполнение упражнений с	Дневник самоконтроля, разминка с мячами в движении, упражнения с мячом, подвижная игра	Знать, что такое дневник самоконтроля, выполнять разминку с мячами в движении, упражнения с мячом, знать	<b>К.:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить	

			мячом, повторение подвижной игры «Ночная охота»	«Ночная охота»	правила подвижной игры «Ночная охота»	формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Р.:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, играть в игру «Ночная охота»	выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
--	--	--	---	----------------	---------------------------------------	--	---	--

27.	Подвижные игры	Репродуктивный урок	Повторение разминки с мячами в движении, повторение упражнений с мячом, проведение 1—2 подвижных игр по желанию учеников	Разминка с мячами в движении, упражнения с мячом, 1—2 подвижные игры	Выполнять разминку с мячами, упражнения с мячом, знать правила выбранных подвижных игр	<b>К.:</b> 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 групповой работы. <b>Р.:</b> владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. <b>П.:</b> выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со умение не создавать конфликты и находить сверстниками и взрослыми, выходы из спорных ситуаций	
-----	----------------	---------------------	--	--	--	---	---	--

**Гимнастика с элементами акробатики (21 час)**

28.	Кувырок вперед	Комбинированный	Разучивание разминки на матах, повторение техники выполнения кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах, кувырок вперед, подвижная игра «Удочка»	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняется кувырок вперед, правила подвижной игры «Удочка»	<b>К.:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. <b>Р.:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, кон-	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	
-----	----------------	-----------------	---	--	---	---	--	--

						тролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П.:</b> выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»	здоровый образ жизни	
29.	Кувырок вперед с трех	Комбинированный	Повторение разминки на матах, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, разучивание техники выполнения кувырка вперед с трех шагов.	Разминка на матах, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	Выполнять разминку на матах, знать, как выполняются кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, правила проведения подвижной игры «Удочка»	<b>К.:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе <b>Р.:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П.:</b> выполнять кувырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, играть в игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности эмоционально нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей	
30.	Кувырок вперед с разбега	Комбинированный урок	Разучивание разминки на матах с мячами, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение техники	Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега	<b>К.:</b> работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b>	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	

			выполнения кувырка вперед с трех шагов, разучивание техники выполнения кувырка вперед с разбега			осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности., <b>П.:</b> выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и кувырок вперед с разбега	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей и ценностей	
31.	Усложненные варианты выполнения кувырка вперед	Комбинированный	Повторение разминки на матах с мячами, повторение техники выполнения кувырка вперед как с места, так и с разбега, разучивание усложненных вариантов выполнения кувырка вперед	Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега, усложненные варианты кувырка вперед	Выполнять разминку на матах с мячами, знать, как выполняются кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, с разбега и усложненные варианты кувырка вперед	<b>К.:</b> работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат	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	

						своей деятельности. <b>П.:</b> выполнять кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега		
32.	Стойка на лопатках, «мост»	Комбинированный урок	Разучивание разминки, направленной на сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на лопатках и моста, повторение усложненных вариантов выполнения кувырка вперед, проведение игры «Волшебные елочки»	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперед, стойка на лопатках, " мост, подвижная игра «Волшебные елочки»	Выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполняются усложненные варианты кувырка вперед, технику выполнения стойки на лопатках и моста, правила игры Волшебные елочки»	<b>К.:</b> устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Р:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> выполнять усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических ценностей и чувств	

						осанка		
33.	Круговая тренировка	Репродуктивный	Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»	Знать, как сохранять правильную осанку, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	<b>К.:</b> слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Р.:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. <b>П.:</b> выполнять круговую тренировку, играть в игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка	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	

34.	Стойка на голове	Комбинированный	Разучивание разминки с гимнастической палкой, знакомство с первой помощью при травмах, повторение техники выполнения стойки на голове, проведение упражнений на внимание	Разминка с гимнастической палкой, первая помощь при травмах, стойка на голове, упражнения на внимание на матах	Знать, какую первую помощь нужно оказать при мелких травмах, технику выполнения стойки на голове	<b>К.:</b> устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее <b>П.:</b> оказывать первую помощь при легких травмах, выполнять стойку на голове и упражнения на внимание	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	
35.	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	Комбинированный урок	Повторение разминки с гимнастическими палками, контрольная проверка знаний о первой помощи при травмах, проведение лазанья и перелезания по гимнастической стенке, совершенствование техники выполнения стойки	Разминка с гимнастическими палками, первая помощь при травмах, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, стойка на голове, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику выполнения стойки на голове, как лазать и перелезать по гимнастической стенке, какую помощь оказывать при травмах, правила игры «Белочка-защитница»	<b>К.:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <b>Р.:</b> осознавать самого	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	

			на голове			себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>П.:</b> оказывать первую помощь, выполнять стойку на голове, лазать и перелезать по гимнастической стенке, играть в игру «Белочка-защитница»		
36.	Различные виды перелезаний	Комбинированный урок	Разучивание разминки с массажными мячами, совершенствование техники выполнения стойки на голове,	Разминка с массажными мячами, техника выполнения стойки на голове, различные виды	Знать технику выполнения стойки на голове, различные виды перелезаний, правила игры «Удочка»	<b>К.</b> находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними. <b>Р.:</b> проектировать траектории развития через	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие	
			выполнение различных видов перелезаний, проведение подвижной игры «Удочка»	перелезаний, подвижная игра «Удочка»		включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять ее. <b>П.:</b> выполнять стойку на голове, разные варианты перелезания, играть в подвижную игру	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	

						«Удочка»		
37.	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	Комбинированный урок	Повторение разминки с массажными мячами, повторение различных вариантов перелезаний, разучивание виса завесом одной и двумя ногами	Разминка с массажными мячами, различные варианты перелезаний, вис завесом одной и двумя ногами, упражнения на внимание	Знать, как подбирать правильный способ перелезания, как выполняется вис завесом одной и двумя ногами	<p><b>К.:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><b>Р.:</b> сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p><b>П.:</b> выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
38.	Круговая тренировка	Комбинированный	Разучивание разминки со средними обручами, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка со средними обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	<p><b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р.:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру</p>	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, социальной справедливости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	

						«Удочка»		
39.	Прыжки в скакалку	Комбинированный	Разучивание разминки со скакалкой, повторение техники прыжков в скакалку, разучивание подвижной игры «Горячая линия»	Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполняются прыжки в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<b>К.:</b> работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). <b>Р.:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>П.:</b> выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	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, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
40.	Прыжки в скакалку в движении	Комбинированный	Повторение разминки со скакалкой, совершенствование техники прыжков в скакалку, разучивание прыжков в скакалку в движении, повторение игры «Горячая линия»	Разминка со скакалкой, прыжки в скакалку на месте и в движении, подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполняются прыжки в скакалку в движении, правила подвижной игры «Горячая линия»	<b>К.:</b> работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р.:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>П.:</b> выполнять прыжки в скакалку на месте и в движении, играть в подвижную игру «Горячая линия»	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	
41.	Круговая	Комбинированный	Разучивание	Разминка в	Знать, как вы-	<b>К.:</b> устанавливать	Развитие этических чувств,	

	тренировка	ный	разминки в движении, прохождение станций круговой тренировки, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами.	движении, круговая тренировка, вис завесом одной и двумя ногами, подвижная игра «Медведи и пчелы»	полняется вис завесом одной и двумя ногами, правила станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Медведи и пчелы» прохождения	рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р.:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П.:</b> выполнять вис завесом одной и двумя ногами, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
42.	Вис, согнувшись, вис прогнувшись	Комбинированный	Проведение разминки в движении, повторение техники выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись, повторение игры «Медведи и пчелы»	Разминка в движении, техника выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись, подвижная игра «Медведи и пчелы»	Знать технику выполнения виса согнувшись, виса прогнувшись, правила подвижной игры «Медведи и пчелы»	<b>К.:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	

						«Медведи и пчелы»		
43.	Переворот назад и вперед на перекладине	Комбинированный	Повторение разминки в движении, совершенствование техники выполнения виса согнувшись и виса прогнувшись, повторение переворотов назад и вперед, проведение подвижной игры «Шмель»	Разминка в движении, вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед, подвижная игра «Шмель»	Знать технику выполнения виса согнувшись, виса прогнувшись, переворотов назад и вперед на гимнастических кольцах, правила подвижной игры «Шмель»	<b>К.:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Р.:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> выполнять вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед, играть в подвижную игру «Шмель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
44.	Комбинация на перекладине	Комбинированный	Разучивание разминки с обручами, разучивание комбинации на перекладине, повторение техники вращения обруча, проведение подвижной игры «Шмель»	Разминка с обручами, комбинация на гимнастических кольцах, техника вращения обруча, подвижная игра «Шмель»	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Шмель»	<b>К.:</b> представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Р.:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>П.:</b> выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в	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	

						подвижную игру «Шмель»		
45.	Вращение обруча  <b>Тест №2</b>	Комбинированный	Повторение разминки с обручами, повторение комбинации на перекладине, совершенствование техники вращения обруча, проведение игры «Ловушка с мешочком на голове»	Разминка с обручами, комбинация наперекладине, техника вращения обруча, подвижная игра «Ловушка с мешочком на голове»	Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вращения обруча, правила подвижной игры «Ловушка с мешочком на голове»	<b>К.:</b> представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Р.:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>П.:</b> выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Ловушка с мешочком на голове»	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	

46.	Варианты вращения обруча	Комбинированный	Разучивание разминки с обручами в движении, контрольная проверка техники вращения обруча, знакомство с различными вариантами вращения обруча, повторение игры «Ловушка с мешочком на голове»	Разминка с обручами в движении, варианты вращения обруча, подвижная игра «Ловушка с мешочком на голове»	Знать варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Ловушка с мешочком на голове»	<b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>П.:</b> выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Ловушка с мешочком на голове»	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	
47.	Лазанье по канату и круговая тренировка	Комбинированный	Повторение разминки с обручами в движении, проведение лазанья по канату, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Ловушка с мешочком на голове»	Разминка с обручами в движении, лазанье по канату, круговая тренировка, подвижная игра «Ловушка с мешочком на голове»	Знать, как выполняются лазанье по канату, захват каната ногами, круговая тренировка, правила подвижной игры «Ловушка с мешочком на голове»	<b>К.:</b> достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Р.:</b> определять новый уровень отношения к	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	

						самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П.:</b> уметь захватывать канат ногами, лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	
48.	Круговая тренировка	Комбинированный	Разучивание разминки с массажными мячами в движении, проведение круговой тренировки, проведение одной игры по желанию детей, подведение итогов четверти	Разминка с массажными мячами в движении, круговая тренировка, подвижная игра, подведение итогов	Знать, как выполняется захват каната ногами, правила прохождения станций круговой тренировки, как выбрать подвижную игру	<b>К.:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи. <b>Р.:</b> владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П.:</b> лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, выбирать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

						подвижную игру	
<b>Лыжная подготовка (12 часов)</b>							
49.	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	Комбинированный	Знакомство с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках, посвященных лыжной подготовке, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	Организационно-методические требования, ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок	Выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок	<b>К.:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р.:</b> владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> пристегивать крепления, передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
50.	Повороты переступанием на лыжах без палок	Комбинированный	Проверка умения пристегивать крепления, совершенствование техники ступающего и скользящего шага, повторение техники поворота переступанием на лыжах без палок	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок, техника поворота 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	<b>К.:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе. <b>Р.:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям

						деятельности. <b>П.:</b> самостоятельно пристегивать лыжные крепления, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах переступанием		
51.	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками	Комбинированный	Повторение техники работы рук с лыжными палками, совершенствование техники ходьбы ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок повторение техники ходьбы ступающим и скользящим шагом	Работа рук с лыжными палками, ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	Знать, как работают руки с лыжными палками, как передвигаться ступающим и скользящим шагом как с лыжными палками, так и без них	<b>К.:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. <b>Р.:</b> сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>П.:</b> пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных палок, так и с ними	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	
52.	Торможение падением на лыжах с палками	Комбинированный урок	Совершенствование техники передвижения на лыжах с палками и без, повторение техники	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без них,	Знать, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом, как выполнять тор-	<b>К.:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми	

			торможения падением, разучивание игры «Салки на снегу»	торможение падением, подвижная игра «Салки на снегу»	можение падением, правила подвижной игры «Салки на снегу»	сверстниками и взрослыми. <b>Р.:</b> осуществлять действие по образцу и заданному правилу. <b>П.:</b> передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, тормозить падением	в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
53.	Прохождение дистанции 1 км на лыжах	Комбинированный урок	Совершенствование техники.передвижения на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах, повторение подвижной игры «Салки на снегу»	Техника передвижения на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах, подвижная игра «Салки на снегу»	Знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»	<b>К.:</b> с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р.:</b> самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> проходить дистанцию 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
54.	Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение техники поворотов на лыжах с палками,	Передвижение на лыжах, повороты переступанием на лыжах с палками, техника обгона	Знать, как выполняются обгон на лыжах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах	<b>К:</b> работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Р.:</b> осуществлять действия по образцу и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	

			разучивание техники обгона на лыжах	на лыжах		заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками	отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
55.	Подъем на склон «полуелочкой» и спуск на лыжах	Комбинированный	Совершенство вание техники выполнения лыжных ходов, повторение техники подъема «полуелочкой», повторение техники спуска под уклон в основной стойке	Лыжные ходы, подъем на склон «полуелочкой», спуск со склона в основной стойке	Знать, как выполняются подъем на склон «полуелочкой» и спуск со склона в основной стойке	<b>К.:</b> сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. <b>Р.:</b> видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. <b>П.:</b> спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полуелочкой»	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	
56.	Подъем на склон «елочкой»	Комбинированный	Совершенствование техники выполнения лыжных	Лыжные ходы, подъем на склон	Знать, как выполняются подъем на склон «елочкой» и	<b>К.:</b> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств,	
			ходов, повторение техники подъема на склон «полуелочкой», разучивание техники подъема на склон «елочкой», повторение техники спуска со	«полуелочкой» и «елочкой», спуск со склона в основной стойке	«полуелочкой», спуск в основной стойке	<b>Р.:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>П.:</b> выполнять подъем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со	сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни	

				склона в основной стойке			склона в основной стойке, кататься на лыжах		
57.	Передвижение на лыжах змейкой	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения на лыжах различными ходами, повторение передвижения на лыжах змейкой, повторение подъема на склон «елочкой», совершенствование техники спуска со склона в основной стойке	Передвижение на лыжах различными ходами и змейкой, подъем на склон «елочкой», спуск со склона в основной стойке	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, как выполняются подъем на склон «елочкой» и спуск в основной стойке		<b>К:</b> сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <b>П:</b> передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на склон «елочкой» и спускаться в основной стойке	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	
58.	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Комбинированный	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения на лыжах змейкой, разучивание подвижной игры на лыжах «Накаты»	Передвижение на лыжах змейкой, подвижная игра на лыжах «Накаты»	Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, правила подвижной игры на лыжах «Накаты»		<b>К:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности,	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	

						сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	
59.	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Комбинированный урок	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание со склона в основной стойке, свободное катание	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах со склона, свободное катание	Знать, как проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, как кататься на лыжах со склона и по лыжне	<b>К:</b> устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>П:</b> проходить дистанцию 1,5 км на лыжах	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60.	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Контрольный урок	Повторение ранее изученных лыжных ходов, повторение поворотов переступанием на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах змейкой, повторение техники подъема на склон «полуелочкой», «елочкой» и спуска в основной стойке	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	Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой» и спускаться со склона в основной стойке	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого. <b>П:</b> передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием,	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

						подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке		
<b>Гимнастика с элементами акробатики (1 час)</b>								
61.	Круговая тренировка	Репродуктивный	Разучивание разминки с обручами, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Вышибалы»	Разминка с обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Вышибалы»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Вышибалы»	<b>К:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Р:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. <b>П:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Вышибалы»	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	
<b>Подвижные игры (1 час)</b>								
62.	Подвижная игра «Белочка-защитница»	Репродуктивный	Повторение разминки с обручами, совершенствование техники лазанья по гимнастической стенке, проведение подвижной игры	Разминка с обручами, лазанье по гимнастической стенке, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по гимнастической стенке, правила игры «Белочка-защитница»	<b>Коммуникативные</b> : слушать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения. <b>Регулятивные</b> : самостоятельно	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	

			«Белочка-защитница»			формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. <b>Познавательные:</b> лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»		
--	--	--	---------------------	--	--	---	--	--

**Легкая атлетика (6 часов)**

63.	Преодоление полосы препятствий	Комбинированный урок	Разучивание разминки в движении, преодоление полосы препятствий, повторение подвижной игры «Удочка»	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	Знать, как проходить полосу препятствий, правила игры «Удочка»	<b>К</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р:</b> владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П:</b> проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
64.	Усложненная полоса препятствий	Комбинированный	Проведение разминки в движении, преодоление усложненной полосы	Разминка в движении, усложненная полоса препятствий,	Знать, как проходить усложненную полосу препятствий, правила подвижной	<b>К.:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли	

			препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	подвижная игра «Совушка»	игры «Совушка»	конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р.:</b> владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П.:</b> проходить усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
65.	Прыжок в высоту с прямого разбега	Комбинированный	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	Разминка с гимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	<b>К:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П:</b> прыгать в высоту с	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	

						прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»		
66.	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	Комбинированный	Повторение разминки с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту с прямого разбега на результат, повторение подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту на результат, подвижная игра «Бегуны и прыгуны»	Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега на результат, правила подвижной игры «Бегуны и прыгуны»	<b>К:</b> сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Л:</b> выполнять прыжки в высоту с прямого разбега на результат, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны»	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	
67.	Прыжок в высоту спиной вперед	Комбинированный	Разучивание разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега»	Разминка с перевернутыми гимнастическими скамейками, техника прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Салки — дай руку»	Знать, как выполняется прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки — дай руку»	<b>К:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, кон-	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	

						тролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П:</b> прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»		
68.	Прыжки в высоту	Контрольный	Повторение разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками, совершенствование техники прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, повторение подвижной игры «Салки — дай руку»	Разминка с перевернутыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Салки — дай руку»	Знать технику выполнения прыжка в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Салки — дай руку»	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р:</b> владеть средствами саморегуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>П:</b> выполнять прыжок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку»	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	
<b>Подвижные игры (6 часов)</b>								
69.	Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Разучивание разминки в парах, повторение бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижной игры «Ловушка» с мя-	Разминка в парах, повторение бросков и ловли мяча в парах, подвижная игры «Ловишка» с мя-	Знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Ловишка» с мячом и за-	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, управлять поведением партнера (контроль,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	

			чом и защитниками.	чом и защитниками.	щитниками»	коррекция, оценка действий партнера). <b>Р:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, <b>П:</b> выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Ловушка с мячом и защитниками»	отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
70.	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	Комбинированный	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», повторение подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Разминка с мячами в парах, техника броска мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и Защитниками»	<b>К:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>П:</b> выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в подвижную игру «Ловишка с мячом и защитниками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально - нравственной развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях отзывчивости	
71.	Броски мяча в баскетбольное кольцо	Комбинированный	Разучивание разминки с мячом, повторение техники броска мяча в	Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное	Знать, как выполняется бросок мяча в баскетболь-	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла	

	способом «сверху»		баскетбольное кольцо способом «снизу», разучивание техники броска мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху», повторение подвижной игры «Вышибалы»	кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижная игра «Вышибалы»	ное кольцо способами «снизу» и «сверху», правила подвижной игры «Вышибалы»	полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р:</b> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>П:</b> бросать мяч в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», играть в подвижную игру «Вышибалы»	учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности	
72.	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячом, повторение техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», разучивание техники ведения мяча с последующим броском в баскетбольное кольцо, повторение подвижной игры «Охотники и утки»	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»	Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми	

						осуществлять действия по образцу и заданному правилу. <b>П:</b> выполнять броски мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»		
73.	Эстафеты с мячом	Комбинированный	Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники ведения мяча, знакомство с различными вариантами эстафет, повторение подвижной игры «Охотники и утки»	Разминка в движении с мячом, техника ведения мяча, эстафеты с мячом, подвижная игра «Охотники и утки»	Знать, как проводятся эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча, правила подвижной игры «Охотники и утки»	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, уста навливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>П:</b> участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
74.	Упражнения и подвижные игры с мячом	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячом в движении, разучивание новых	Разминка с мячом в движении, эстафеты с	Знать, как участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру	<b>К:</b> добывать недостающую информацию с помо-	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и	

			вариантов эстафет с мячом, проведение подвижной игры «Охотники и зайцы»	мячом, подвижная игра «Охотники и зайцы»	«Охотники и зайцы»	щью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Р:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>П:</b> участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы»	освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
--	--	--	---	--	--------------------	---	---	--

**Легкая атлетика (2 часа)**

75	Знакомство с мячами-хопами	Изучение нового материала	Разучивание разминки с резиновыми кольцами, знакомство с прыжками на мячах-хопах, разучивание подвижной игры «Ловишка на хопах»	Разминка с резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хопах»	Знать, что такое мячи-хопы, как на них прыгать, правила игры «Ловишка на хопах»	<b>К:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Р:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>П:</b> прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни	
76	Прыжки на	Репродуктивны	Повторение	Разминка с	Знать, как	<b>К:</b> владеть навы-	Развитие мотивов учебной	

	мячах- хопах	й	разминки с резиновыми кольцами, повторение техники прыжков на мячах-хопах, повторение подвижной игры «Ловишка на хопах»	резиновыми кольцами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра Ловишка на хопах»	выполняются прыжки на мячах-хопах, правила игры «Ловишка на хопах»	ками речевого отображения (описание, объяснение), слушать и слышать друг друга и учителя. <b>Р:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>П:</b> прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах»	деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установок на безопасный образ жизни	
--	--------------	---	---	--	--	---	--	--

**Подвижные игры (7 часов)**

77	Круговая тренировка	Репродуктивный	Разучивание разминки в движении, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками»	Разминка в движении, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мячом и защитниками»	Знать правила прохождения станций круговой тренировки, правила игры «Ловишка с мячом и защитниками»	<b>К:</b> устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>П:</b> проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности	
----	---------------------	----------------	--	--	---	---	--	--

						«Ловишка с мячом и защитниками»		
78	Подвижные игры	Репродуктивный	Проведение разминки с мячом, совершенствование техники броска мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», проведение 2—3 подвижных игр по желанию учеников	Разминка с мячом, техника бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», подвижные игры	Знать технику бросков мяча в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», как выбирать подвижные игры и играть в них	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность. <b>Р:</b> владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П:</b> выполнять броски в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», выбирать подвижные игры и играть в них	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	
79	Броски мяча через волейбольную сетку	Комбинированный урок	Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Забросай противника мячами»	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р:</b> осознавать самого себя как	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	

						движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель. <b>П:</b> выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	не создавать конфликты	
80	Броски мяча через волейбольную сетку на точность	Комбинированный урок	Повторение разминки с мячами, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку на точность, разучивание подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с мячами, техника броска мяча через волейбольную сетку на точность, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику бросков мяча через волейбольную сетку на точность, правила подвижной игры «Точно в цель»	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). <b>Р:</b> проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера. <b>П:</b> выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в игру «Точно в цель»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям	
81	Броски мяча через волей-	Комбинированный	Разучивание разминки с мячом в	Разминка с мячом в парах,	Знать технику бросков мяча через	<b>К:</b> устанавливать рабочие	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	

	больную сетку с дальних дистанций		парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, повторение подвижной игры точно в цель»	техника броска мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций, подвижная игра Точно в цель»	волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>П:</b> выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в подвижную игру «Точно в цель»	личностного смысла учения -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
82	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Комбинированный	Повторение разминки с мячом в парах, совершенствование техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как выполняются броски мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	<b>К:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. <b>Р:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель. <b>П:</b> выполнять броски мяча через сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	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	

83	Контрольный урок <b>Тест №3</b>	Контрольный урок	Разучивание разминки с мячом, проведение контрольных бросков мяча через сетку на дальность и точность, повторение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Разминка с мячом, контрольные броски мяча через сетку на дальность и точность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать, как проходит контрольный урок по броскам мяча через сетку на дальность и точность, правила игры «Вышибалы через сетку»	<b>К:</b> добывать недостающую информацию с помощью вопросов, обосновать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <b>Р:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <b>П:</b> выполнять контрольные броски на дальность и точность, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
<b>Легкая атлетика (2 часа)</b>								
84	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу»	Комбинированный	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча от груди и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, техника броска набивного мяча от груди и «снизу», подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как выполняются броски набивного мяча от груди и снизу, правила игры» Точно в цель»	<b>К:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию <b>П:</b> бросать набивной мяч от груди 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	

						снизу играть в подвижную игру «Точно в цель»		
85	Бросок набивного мяча из-за головы на дальность	Комбинированный	Повторение разминки с набивным мячом, совершенствовани е техники бросков набивного мяча от груди и «снизу», разучивание техники броска набивного мяча из-за головы, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику броска набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель»	<b>К:</b> сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощьювопросов. <b>Р:</b> видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять цель. <b>П:</b> бросать набивной мяч от груди и «снизу», из-за головы играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	
<b>Гимнастика с элементами акробатики (2 часа)</b>								
86	Тестирование вися на время	Контрольный урок	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование вися на время, проведение нового варианта подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование вися на время, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику броска набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования вися на время правила подвижной игры «Точно в цель»	<b>К:</b> устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р:</b> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль. <b>П:</b> выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование вися на время,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	

						играть в подвижную игру «Точно в цель»		
87	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Точно в цель»	Знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Точно в цель»	<b>К:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника <b>П:</b> проходить тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Точно в цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
<b>Легкая атлетика (1 час)</b>								
88	Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, проведение подвижной игры «Собачки»	Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Собачки»	Знать правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Собачки»	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как	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>субъекту деятельности адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><b>П:</b> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Собачки»</p>	
<b>Гимнастика с элементами акробатики (2 часа)</b>							
89	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Контрольный урок	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Собачки»	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Собачки»	Знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Собачки»	<p><b>Коммуникативны</b> <b>е:</b> эффективно сотрудничать и способствовать — продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р.:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>П.:</b> проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа</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
90	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, тестирование подъема туловища	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из	Знать правила тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	<p><b>Коммуникативны</b> <b>е:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, обосновывать свою точку зрения и дока-</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои

			из положения лежа за 30 с, разучивание подвижной игры «Земля, вода, воздух»	положения лежа за 30 с, подвижная игра «Земля, вода, воздух»		зывать собственное мнение. <b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
--	--	--	---	--	--	---	---	--

**Легкая атлетика (2 часа)**

91	Техника метания на точность (разные предметы)	Комбинированный урок	Разучивание разминки с мешочками, повторение различных вариантов метания и бросков на точность, проведение подвижной игры «Земля, вода, воздух»	Разминка с мешочками, различные варианты метания и бросков на точность, подвижная игра «Земля, вода, воздух»	Знать, как выполнять различные варианты метания и бросков на точность, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух»	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <b>Р:</b> контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. <b>П:</b> правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точность, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух»	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	
92	Тестирование метания малого мяча	Контрольный урок	Повторение разминки с мешочками, тестирование	Разминка с мешочками, тестирование метания малого мяча	Знать правила тестирования метания малого мяча на точность,	<b>К:</b> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчи-	

	на точность		метания малого мяча на точность, проведение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	мяча на точность, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	форме, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. <b>Р:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>Познавательные:</b> проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	востях, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
--	-------------	--	---	---	---	---	--	--

**Подвижные игры (1 час)**

93	Подвижные игры для зала	Репродуктивный	Разучивание разминки с гимнастическими палками, прием тестов и контрольных упражнений у тех, кто их пропустил, проведение 2-3 игр по желанию учеников	Разминка с гимнастическими палками, тесты и контрольные упражнения, 2—3 подвижные игры, выбранные учениками	Знать различные подвижные игры, правила сдачи тестов и контрольных упражнений	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, обосновывать свою точку зрения, уважать иное мнение. <b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>Познавательные:</b> выбирать подвижные игры,	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	
----	-------------------------	----------------	---	---	---	--	---	--

						учитывая интересы одноклассников, про ходить тестирование		
<b>Легкая атлетика (4 часа)</b>								
94	Беговые упражнения	Комбинированный	Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений, повторение подвижных игр «Колдунчики» и Совушка»	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и Совушка»	Знать, какими бывают беговые упражнения, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Совушка»	<b>К:</b> устанавливать рабочие отношения, рботать в группе. <b>Р:</b> осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. <b>П:</b> выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
95	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный	Повторение разминки в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Хвостики»	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Хвостики»	Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Хвостики»	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р:</b> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>П:</b> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Хвостики»	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	

96	Тести- рование челночного бега 3 x 10м	Контрольный	Разучивание разминки в движении, тести- рование челноч- ного бега 3 x 10м, повторение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Разминка в движении, тест и рование челночного бега 3 x 10м, игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила тестирования челночного бега 3 x 10м, правила по- движной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<b>К:</b> владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими нормами родного языка. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>П:</b> проходить тестирование челночного бега 3x 10м с высокого старта, играть в по- движную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчи- вости, сочувствия другим людям, развитие само- стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нрав- ственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	
97	Тести- рование метания мешочка (мяча) на дальность <b>Тест №4</b>	Контрольный	Повторение разминки в движении, тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, повторение подвижной игры «Хвостики»	Разминка в движении, тестирование метания мешочка на дальность подвижная игра «Хвостики»	Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, пра- вила подвижной игры «Хвостики»	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, пред- ставлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. <b>Р:</b> определять, но- вый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, аде- кватно понимать оценку взрослого и сверстника. <b>П:</b> проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравствен- ной отзывчивости, сочув- ствия другим людям, раз- витие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравствен- ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни	

						подвижную игру «Хвостики»	
<b>Подвижные игры(2часа)</b>							
98	Подвижная игра «Хвостики»	Комбинированный	Разучивание беговой разминки, разучивание различных вариантов подвижной игры «Хвостики», повторение игры малой подвижности «Совушка»	Беговая разминка, различные варианты подвижной игры «Хвостики», подвижная игра «Совушка»	Знать варианты подвижной игры «Хвостики», правила подвижной игры «Совушка»	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Р:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции. <b>П:</b> играть в различные варианты подвижной игры «Хвостики», в игру малой подвижности «Совушка»	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
99	Подвижная игра «Воробьи — вороны»	Комбинированный урок	Разучивание разминки на месте, разучивание подвижной игры «Воробьи — вороны», повторение подвижной игры «Хвостики»	Разминка на месте, подвижные игры «Воробьи — вороны» и «Хвостики»	Знать правила подвижных игр «Воробьи — вороны» и «Хвостики»	<b>К:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Р:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>П:</b> играть в подвижные игры «Хвостики» и	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

						«Воробьи — вороны»	
<b>Легкая атлетика (1 час)</b>							
100	Бег на 1000 м	Контрольный	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, проведение бега на 1000 м, повторение подвижной игры «Воробьи — вороны»	Разминка, направленная на развитие гибкости, бег на 1000 м, подвижная игра «Воробьи — вороны»	Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без отдыха, правила подвижной игры «Воробьи — вороны»	<b>К:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. <b>Р:</b> осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель. <b>П:</b> пробегать 1000м без отдыха, играть в подвижную игру «Воробьи — вороны»	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
<b>Подвижные игры</b>							
101	Подвижные игры с мячом	Репродуктивный	Проведение разминки с помощью учеников, проведение 2—3 подвижных игр с мячом по желанию учеников, прием тестов у должников	Разминка с помощью учеников, 2—3 подвижные игры, тестирование	Знать упражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тестирования	<b>К:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность. <b>Р:</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. <b>П:</b> подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры с мячом, проходить тестирование	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

102	Подвижные игры <b>Итоговый тест</b>	Репродуктивный	Повторение разминки с помощью учеников, проведение 2—3 подвижных игр по желанию учеников, подведение итогов года	Разминка с помощью учеников, подвижные игры, подведение итогов года	Подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры	<p><b>К:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение.</p> <p><b>Р:</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.</p> <p><b>П:</b> 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	
-----	--	----------------	--	---	---	--	--	--

## 5. Система оценивания

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

### *Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки*

**Мелкими ошибками** считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

**Значительные ошибки** – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

**Грубые ошибки** – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

### *Характеристика цифровой оценки (отметки)*

**Оценка «5»** выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

**Оценка «4»** выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

**Оценка «3»** выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

**Оценка «2»** выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

## **7. Материально-техническое обеспечение**

### ***1. Учебно-методическое обеспечение:***

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебным предметам. («Физическая культура. 1—4 классы»);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

### ***2. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:***

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- канат для лазанья;
- комплект навесного оборудования (перекладины);
- маты гимнастические;
- мячи набивные (1 кг);
- скакалки гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- обручи гимнастические;
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- рулетка измерительная;
- щиты с баскетбольными кольцами;
- большие мячи (резиновые, баскетбольные);
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- мячи средние резиновые;

## Список литературы

1. Зимние подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2009.
2. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.
3. Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1—4 классы: Пособие для учителя. М.: Просвещение, 2011.
4. Планируемые результаты начального общего образования / Под ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой. М.: Просвещение, 2010.
5. Подвижные игры. 1—4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2007.
6. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 2 класс. М.: ВАКО, 2013.
7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. М.: Просвещение, 2011.
8. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Источник: «Российская газета»; федеральный-выпуск № 5976 от 31.12.2012.
9. Физическая культура. 2 класс: Система уроков по учебнику А.П. Матвеева/Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. Волгоград: Учитель, 2012.

