

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Редкодубская средняя общеобразовательная школа»
Ардатовского муниципального района РМ

Принято: Руководитель ШМО <i>Ламзина Т.А.</i> / Ламзина Т.А./ Протокол №1 от «30.08» 2022г»	Согласовано: Зам. директора по УВР <i>Киселева Т.Н.</i> / Киселева Т.Н./	Утверждаю: Директор МБОУ «Редкодубская СОШ» <i>Копылов Н.Г.</i> / Копылов Н.Г./ Приказ № 19 от «30.08» 2022г»
--	--	--

**Рабочая программа
учебного предмета**

«Физическая культура» 3 класс

Срок реализации программы: 2022-2023 учебный год

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

Составитель:

учитель начальных классов

Лысова Анжелика Александровна

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре для 3 класса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования и примерной учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. –М.: Просвещение, 2009)

Целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

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

Учитывая особенности, данная программа ориентируется на решение следующих **образовательных задач**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально-климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

Место учебного предмета в учебном плане

В соответствии с Федеральным базисным учебным планом курс «Физическая культура» изучается в 3 классе по три часа в неделю. Общий объём учебного времени составляет 102 часа. Основное время (68 ч) отводится на раздел «Физическое совершенствование». В каждом классе выделяется время для совместной работы учеников с родителями (проекты, соревнования, конкурсы).

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Уровень физической подготовленности **3 класс**

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий

	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	5	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин. с	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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.

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Промежуточная аттестация проводится 2 раза в год

декабрь, апрель (сдача нормативов).

№	Разделы и темы	Количество часов (уроков)
		Класс
		2
	Базовая часть	68
1	Знания о физической культуре	3
2	Способы физкультурной деятельности	3
3	Физическое совершенствование: <ul style="list-style-type: none"> – гимнастика с основами акробатики – легкая атлетика – лыжная подготовка – подвижные и спортивные игры – общеразвивающие упражнения (в содержании соответствующих разделов программы) 	16 16 16 14
	Вариативная часть (время на освоение отдельных видов программного материала пропорционально увеличивается)	34

Содержание учебного предмета.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Знания о физической культуре

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

Способы физкультурной деятельности

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

Легкая атлетика

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным.

Поворот переступанием.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Параютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Быстрый лыжник», «За мной».

На материале спортивных игр:

Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой».

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств

Физическая культура.

№	Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты.			Дата	
			Предметные	Метапредметные УУД.	Личностные УУД.	Планир.	Факт.
Знания о физической культуре.							
1	Организационные методические требования на уроках физической культуры.	Комбинированный.	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физ-ры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: Определять новый уровень отношения к себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физкультуры, выполнять строевые упражнения. играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчик».	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.		
Легкая атлетика.							
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «салки -дай руку».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки-дай руку».	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости.		
3	Техника челночного бега.	Комбинированный.	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости.		

				выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчик».			
4	Тестирование челночного бега 3*10м.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование челночного бега на 3 * 10м, правила подвижной игры «Собачки ногами».	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 3*10м ,играть в подвижную игру «Собачки ногами».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости		
5	Способы метания мешочка (мяча) на дальность.	Комбинированный.	Знать какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее».	<p>Коммуникативные: , работать в группе, устанавливать рабочие Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу.Познавательные: выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру«Бросай далеко, собирай быстрее».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе.		
6	Тестирование метания мешочка на дальность.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами».	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности .		

				«Собачки ногами».			
Знания о физической культуре.							
7	Пас и его значение для спортивных игр с мячом.	Изучение нового материала	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой. Играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Подвижные и спортивные игры.							
8	Спортивная игра «Футбол».	Репродуктивный.	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой. Играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Формирование чувств гордости за свою Родину и историю России, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения. принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
Легкая атлетика.							
9	Прыжок в длину с разбега.	Комбинированный	Знать как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в</p>	Формирование уважения к культуре других народов, , развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		

				спортивную игру «Футбол».			
10	Прыжки в длину с разбега.	Комбинированный.	Знать как выполнять прыжок в длину с разбега на результат. правила подвижной игры «Собачки ногами».	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в игру «Собачки ногами».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега.	Контрольный.	Знать как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол».	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол».</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
Подвижные и спортивные игры.							
12	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол».	Контрольный.	Знать как проходит контрольный урок по футболу, как выполнить бросок из-за боковой.	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам.</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
Легкая атлетика.							
13	Тестирование метания малого мяча на точность.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила	Коммуникативные: : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, навыков		

			подвижной игры «Вышибалы».	Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы».	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Гимнастика с элементами акробатики.							
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости,		
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 сек.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30сек..правила подвижной игры «Белые медведи».	Коммуникативные: : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30с.,играть в подвижную игру «Белые медведи».	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе.		
Легкая атлетика.							
16	Тестирование прыжка в длину с места.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование прыжка с места, правила подвижной игры «Волк во рву».	Коммуникативные: : представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной		

				формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву».	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе.		
Гимнастика с элементами акробатики.							
17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись правила игры «Волк во рву».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву».	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе.		
18	Тестирование виса на время.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование на время ,правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом».	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе.		
Подвижные и спортивные игры.							
19	Подвижная игра «Перестрелка».	Комбинированный.	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: : видеть ошибку и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие		

				исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка».	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
20	Футбольные упражнения.	Комбинированный.	Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
21	Футбольные упражнения в парах.	Изучение нового материала.	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место».	Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пустое место».	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.		
22	Различные варианты футбольных упражнений в парах.	Репродуктивный.	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место».	Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в		

				действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пустое место».	разных социальных ситуациях.		
23	Подвижная игра «Осада»	Комбинированный	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять упражнения в парах с двумя мячами. играть в подвижную игру «Осада города».	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.		
24	Броски и ловля мяча в парах.	Комбинированный	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города».	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.		
Знания о физической культуре.							
25	Закаливание.	Комбинированный	Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в		

				результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами. играть в подвижную «Подвижная цель».	разных социальных ситуациях.		
Подвижные и спортивные игры.							
26	Ведение мяча.	Комбинированный.	Знать, правила закаливания. технику ведения мяча. правила подвижной игры «Подвижная цель».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга. с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную «Подвижная цель».	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе.		
Гимнастика с элементами акробатики.							
28	Кувырок вперед.	Комбинированный.	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка».	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.. Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие.	Комбинированный.	Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие.	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе,		

					формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
30	.Варианты выполнения кувyrка вперед.	Комбинированный.	Знать, какие варианты выполнения кувyrка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание.	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание с сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты кувyrка вперед, выполнять игровые упражнения на внимание.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств		
31	Кувyрок назад.	Комбинированный.	Знать технику кувyrка назад, правила подвижной игры «Удочка».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять кувyрок назад, играть в подвижную игру «Удочка».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
32	Кувyрки.	Комбинированный.	Знать технику кувyrка назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле».	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной		

				Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле».	справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
33	Круговая тренировка.	Репродуктивный.	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле».	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.	Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
35	Стойка на руках.	Комбинированный.	Знать технику стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты».	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, играть подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
36	Круговая тренировка.	Комбинированный.	Знать, как выполнять стойку на голове и	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои		

			руках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки».	его в устной форме. слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, правила игры «Волшебные елочки»	поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств		
37	Вис за весом одной и двумя ногами на перекладине	Комбинированный.	Знать, как выполнять лазанье и перелезание на гимнастич. стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
38	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке.	Комбинированный.	Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке существуют как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
39	Прыжки в скакалку.	Комбинированный.	Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия».	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои		

				Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия».	поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
40	Прыжки в скакалку в тройках.	Комбинированный.	Знать, как выполнять прыжки в скакалку и прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
41	Лазанье по канату в три приема.	Комбинированный.	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема. правила подвижной игры «Будь осторожен».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
42	Круговая тренировка.	Репродуктивный	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и		

			осторожен».	формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить станции круговой тренировки. играть в подвижную игру «Будь осторожен».	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и ЗОЖ		
43	Упражнения на гимнастическом бревне.	Комбинированный.	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении. какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне. правила подвижной игры «Шмель».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру «Шмель».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
44	Упражнения на гимнастической стенке	Комбинированный.	Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне. правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове».	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
45	Круговая тренировка.	Репродуктивный	Знать, комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: владеть средствами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,		

			упражнения на гимнастическом бревне, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки».	саморегуляции. Познавательные: выполнять комбинацию на кольцах, и упражнения на бревне. проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками».	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и ЗОЖ		
46	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.	Комбинированный	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница».	Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами. играть в подвижную игру «Белочка-защитница».	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.		
47	Варианты вращения обруча.	Комбинированный.	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила игры «Перебежки с мешочком на голове».	Коммуникативные : работать в группе. добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств		
48	Круговая тренировка.	Репродуктивный.	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры. учитывая общие	Коммуникативные: уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные : самостоятельно	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за		

			интересы.	<p>формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них.</p>	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
Лыжная подготовка.							
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок.	Комбинированный	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь. технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок.	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: рассказать об организационно -методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
50	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Комбинированный	Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: сохранять заданную цель. контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		

51	Повороты на лыжах переступанием и прыжком.	Комбинированный	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами.	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
52	Попеременный двухшажный ход на лыжах.	Комбинированный	Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом.	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные : поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
53	Одновременный двухшажный ход на лыжах.	Комбинированный	Знать технику передвижения попеременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км.	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание с сообщать его в устной форме. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные : передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости.		
54	Подъем «полуелочкой» и «елочкой»,	Комбинированный	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой», и	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств,		

	спуск под уклон в основной стойке на лыжах.		«елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах.	познавательные цели. Познавательные : передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами ,подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке.	формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
55	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах.	Комбинированный	Знать технику подъема на склон, «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», технику торможения «плугом».	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : подниматься на склон «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», тормозить на лыжах «плугом».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
56	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».	Комбинированный	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами.	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона на лыжах «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами.	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование, эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
57	Подвижная игра на лыжах «Накаты».	Комбинированный	Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», правила подвижной игры на	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : передвигаться на лыжах, спускаться со склона на лыжах	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций развитие самостоятельности и личной		

			лыжах «Накаты».	«змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты».	ответственности за свои поступки		
58	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке.	Комбинированный	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах. правила подвижной игры «Накаты».	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные : спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, в подвижную игру «Накаты».</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств.		
59	Прохождение дистанции 1,5км на лыжах.	Комбинированный	Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5км на лыжах технику спуска со склона в низкой стойке.	<p>Коммуникативные : устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель</p> <p>Познавательные : проходить дистанцию 1,5км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке.</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
60	Контрольный урок по лыжной подготовке.	Контрольный.	Знать, как передвигаться на лыжах различными ходами, как поворачиваться на лыжах переступанием и прыжками, как передвигаться на лыжах «змейкой», как подниматься на склон «лесенкой» и спускаться со склона в	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого.</p> <p>Познавательные : передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием и прыжком ,подниматься на склон «лесенкой»,спускаться со склона в</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной		

			низкой стойке.	низкой стойке, передвигаться на лыжах «змейкой».	справедливости и свободе.		
61	Беседа о Т.Б. на занятиях по лёгкой атлетике. Бег на длинные дистанции в чередовании с ходьбой.	Изучение нового материала	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках технику выполнения упр. «Крокодилчик».	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: соблюдать организационно-методические требования на уроках</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
62	Бег на длинные дистанции в чередовании с ходьбой.	Комбинированный	Соблюдать дисциплину и правила ТБ во время подвижных игр универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности.	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. социальной справедливости и свободе,		
63	Прыжки одной ногой толчком с разбегу. Прыжки через скакалку на время (1	Комбинированный	Соблюдать правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений.	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные Проявлять качества силы, быстроты и выносливости при</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей. ценностей и чувств,		

	минута)			выполнении беговых и прыжковых упражнений	формирование установки на безопасный и ЗОЖ		
64	Прыжки одной ногой толчком с разбегу. Прыжки через скакалку на время (1 минута)	Комбинированный	Проявлять качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные : Проявлять качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный и ЗОЖ		
65	Прыжки одной ногой толчком с разбегу. Прыжки через скакалку на время (1 минута)	Комбинированный	Проявлять качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные : Проявлять качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений	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.		
66	Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза»	Комбинированный	Проявлять качества силы, координации и выносливости	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные : качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений	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.		
67	Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза»	Комбинированный	Проявлять качества силы, координации и выносливости	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
68	Преодоление полосы препятствий. «Два Мороза»	Комбинированный	Знать, как выполнять прыжок с тумбы, технику плавания кролем на груди.	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: плавать кролем на груди, прыгать в воду с тумбы.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование установки на безопасный и ЗОЖ		
69	Прыжок в высоту с разбега. «Пятнашки»	Комбинированный	Проявлять качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых упражнений	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные : осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные : Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
70	Контрольный урок.	Контрольный.	Проявлять качества силы, быстроты и выносливости при выполнении беговых и прыжковых	<p>Коммуникативные : озвучивать содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение		

			упражнений	Познавательные Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений	социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
Легкая атлетика.							
71	Полоса препятствий.	Комбинированный	Знать, как проплывать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка».	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать 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.		
72	Усложненная полоса препятствий.	Комбинированный	Знать, как проплывать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка ».	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально -нравственной отзывчивости.		
73	Прыжок в высоту с прямого разбега.	Комбинированный	Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в		

				прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	разных социальных ситуациях.		
74	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат.	Комбинированный	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
75	Прыжок в высоту спиной вперед.	Комбинированный	Знать, как прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Штурм».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм».	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.		
76	Прыжки на мячах-хопах.	Комбинированный	Знать технику прыжков на мячах -хопах, правила подвижной игры «Ловишка на хопках».	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать) Регулятивные : проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопках».	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
Подвижные игры.							
77	Эстафеты с	Комбинированный	Знать различные	Коммуникативные: эффективно	Развитие навыков		

	мячом.	ованный	варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами.	сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафете с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами.	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		
78	Подвижные игры.	Комбинированный	Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти.	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти.	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
Подвижные и спортивные игры.							
79	Броски мяча через волейбольную сетку.	Комбинированный	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
80	Подвижная игра «Пионербол».	Комбинированный	Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально - нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со		

				Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Пионербол».	сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Знания о физической культуре.							
81	Волейбол как вид спорта.	Комбинированный	Знать какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.		
Подвижные и спортивные игры.							
82	Подготовка к волейболу.	Комбинированный	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения. правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.		
83	Контрольный урок по волейболу.	Контрольный.	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют правила подвижной игры «Пионербол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.	Развитие этических чувств доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		

				Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»			
84	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу».	Комбинированный	Знать, технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу». правила подвижной игры «Точно в цель».	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные : осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные : бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
85	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу».	Комбинированный	Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные : бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
Гимнастика с элементами акробатики.							
86	Тестирование виса на время.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч».	Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные : проходить тестирование виса на время, играть в	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе		

				подвижную игру «Борьба за мяч».	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
87	Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч».	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч».</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.		
Легкая атлетика.							
88	Тестирование прыжка в длину с места.	Контрольный.	Знать как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Гандбол».	<p>Коммуникативные : добывать недостающую информацию, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места. играть в подвижную игру «Гандбол».</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.		
Гимнастика с элементами акробатики.							
89	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись.	Контрольный	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила подвижной игры «Гандбол».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить</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		

				тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Гандбол».	нормах, социальной справедливости и свободе.		
90	Тестирование подъема туловища из положения лежа.	Контроль ный.	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Гандбол».</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		
Подвижные и спортивные игры.							
91	Знакомство с баскетболом.	Изучение нового материала	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол».	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя .</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и ЗОЖ		
Легкая атлетика.							
92	Тестирование метания малого мяча на точность.	Контроль ный.	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные : адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : проходить</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		

				тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол».	нормах, социальной справедливости и свободе.		
Подвижные и спортивные игры.							
93	Спортивная игра «Баскетбол».	Комбинированный	Знать варианты бросков в баскетбольное кольцо правила спортивной игры «Баскетбол».	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол.</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Легкая атлетика.							
94	Беговые упражнения.	Комбинированный	Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов».	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять беговые упражнения, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов».</p>	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.	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры, «Командные хвостики».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру,</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.		

				«Командные хвостики».			
96	Тестирование челночного бега 3*10м.	Контроль ный.	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3*10м, правила подвижной игры, «Бросай далеко, собирай быстрее».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные : адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : проходить тестирование челночного бега 3 *10 м с высокого старта, играть в подвижную игру, «Бросай далеко, собирай быстрее».</p>	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и ЗОЖ		
97	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность.	Контроль ный.	Знать, как проходит тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота».	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные : адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : проходить тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, играть в подвижную игру, «Круговая охота».</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.		
Подвижные и спортивные игры.							
98	Спортивная игра « Футбол».	Комбинированный	Знать правила подвижной игры «Собачки ногами» и спортивной игры «Футбол».	<p>Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации</p> <p>Регулятивные : адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : играть в подвижную игру «Собачки ногами» и спортивную игру «Футбол».</p>	Развитие этических чувств доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
99	Подвижная	Репродук	Знать правила	Коммуникативные : слушать и	Развитие навыков		

	игра «Флаг на башне».	тивный.	подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами».	слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. Познавательные: играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами».	сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
Легкая атлетика.							
10 0	Бег на 100 м.	Контроль ный.	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол».	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пробегать дистанцию 1000м играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
Подвижные и спортивные игры.							
10 1	Спортивные игры.	Репродук тивный.	Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами».	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами».	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
10 2	Подвижные и спортивные игры.	Репродук тивный.	Знать, как выбирать и играть в подвижные и спортивные игры.	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, , слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и	Развитие этических чувств доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в		

				<p>выделять необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные :</i> играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года.</p>	<p>разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>		
--	--	--	--	---	--	--	--