Администрация МО «Заиграевский район»

Управления образования администрация МО «Заиграевский район»

МБОУ «Шабурская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю	Согласовано заместитель	Программа рассмотрена и
И.о. директора МБОУ	директора по УР _____	одобрена на заседании МО
Шабурская «СОШ»	/Ловцова О.А./	МБОУ Шабурская «СОШ»
_____ /Сударкина Н.В./	«30» / августа /2022 год	Протокол № 1 от 31 »
Приказ № 9 от «01 »		/ августа /2022 год
09 /2022 год		Яковлева О. И.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

для учащихся 4 класса

учителя Яковлевой О. И.

Количество часов в неделю: 3

Всего в год:102ч

п. Шабур.

2022-2023уч.г

Содержание рабочей программы:

1. Пояснительная записка -3стр

2. Планируемые предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса -7стр

3. Содержание учебного предмета, курса- 10стр

4. Календарно-тематическое планирование с указанием основных видов учебной деятельности обучающихся- 20стр

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре разработана для учащихся 4 класса начального общего образования муниципального общеобразовательного учреждения МБОУ «Шабурская средняя общеобразовательная школа» с. Шабур, Заиграевского района и составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:
1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10.2009 г. №373.

2. Закона Российской Федерации «Об образовании» (29.12.12г. № 273-ФЗ)

3. Программы по физической культуре и на основе авторской программы физического воспитания учащихся 1-4 классов. (Авторы: В.И.Лях и А.А.Зданевич,) М, «Просвещение», 2012 год.

4. Устава МБОУ Шабурская СОШ

5. Учебного плана МБОУ «Шабурской СОШ» с. Шабур на 2022-2023 уч.г.

Цель школьного образования по физической культуре — формирование физически разносторонней развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В начальной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование основ знаний в области физической культуры, культуры движений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья.
Образовательный процесс в области физической культуры в начальной школе ориентирован на решение следующих задач:

— развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

— обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями базовых видов спорта;

освоение знаний о физической культуре;

обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями.

Общая цель обучения учебному предмету «Физическая культура» в начальной школе — формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Курс учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе реализует познавательную и социокультурную цели.

1. Познавательная цель предполагает формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление учащихся с основными положениями науки о физической культуре.

2. Социокультурная цель подразумевает формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий, как показателя физической культуры человека.

В соответствии с целью учебного предмета «Физическая культура» формулируются **задачи учебного предмета:**

— формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;

— совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных занятиях;

— расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми движениями, с повышенной координационной сложностью;

— формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;

— расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;

— формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

Сформулированные цель и задачи базируются на требованиях «Обязательного минимума образования по физической культуре» и отражают основные направления педагогического процесса по формированию физической культуры личности: теоретической, практической и физической подготовкой школьников.

Рабочая программа разработана на основе примерной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В.И. Ляха, А.А. Зданевича) (М.: Просвещение, 2014 г.) В программе В.И. Ляха, А.А.Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент **(**лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. **Сроки реализации** рабочей программы на 1 учебный год. В процессе обучения в учебном году занятия по образовательной программе учебного предмета «Физическая культура» будет реализовано:

— формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;

— совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных занятиях;

— расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новых, с повышенной координационной сложностью;

— формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой нарушений здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;

— расширение функциональных возможностей систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей; формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

Программа по учебному предмету «Физическая культура» разработана с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья учащихся

4класса.

К таким факторам относятся:

• неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия; • факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья учащихся; • формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек и навыков здорового образа жизни;

• особенности отношения учащихся младшего школьного возраста к своему здоровью.

Место учебного предмета, курса в учебном плане:

Курс «Физическая культура» изучается в 4 классе согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводиться 102 ч, из расчёта 3 ч в неделю. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Учебно-методический комплекс

Литература для учителя

1. «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы», В.И.Лях, А.А.Зданевич; Москва: «Просвещение»,2014
2. «Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; - Волгоград: «Учитель»,2013.
3.Примерные программы по Физической культуре. Просвещение 2010 – Стандарты второго поколения
4. «Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2014.
5.«Зимние подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2013.
6. «Физкультура в начальной школе», Г.П.Болонов; Москва: «ТЦ Сфера»,2013.
7.Настольная книга учителя физической культуры/ Погадаев Н.Г. М.: Просвещение 2010
8.Поурочные планы по физической культуре для 4 класса ФГОС.
9. Интернет ресурсы: Инфоурок .ру

Литература для учащихся

1. Физическая культура: 3-4 клас сы : учебник для учащихся общеобразовательных организаций /Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров, - М.: Вентана- Граф.

Технологии, методы, формы обучения и внеурочная деятельность по предмету

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

Здоровьесберегающие технологии позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности; Применение ИКТ на уроках образовательно-предметной и образовательно-познавательной направленности позволяет развивать умение учащихся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира в области физической культуры и спорта; овладевать практическими способами работы с информацией; обмениваться информацией с помощью современных технических средств. **Технология проектной деятельности** стимулирует самостоятельность учащихся, их стремление к самовыражению, формирует активное отношение к вопросам здорового образа жизни, физкультуры и спорта, сопереживание и сопричастность к нему, развивает коммуникативные качества. Построение образовательного процесса и использованием **коммуникативных технологий**, технологий развивающего обучения и педагогики сотрудничества - существенное расширение видов совместной работы учащихся, расширение групповых форм работы, коммуникативного опыта в совместной учебной деятельности; использование игровых методик, метод круговой тренировки, способствующих решению основных задач на уроке; - расширение коллективных **форм обучения**, приоритетное развитие учебной деятельности, творческой и поисковой активности в учении. Отличительной особенностью преподавания физической культуры является **игровой метод**. Большинство заданий учащимся предложены в форме игры.

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

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

Посменный – учащиеся распределятся на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазанье). **Индивидуальный** – используются в учетных уроках. **Групповой** - каждая группа учащихся по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений. С целью проверки знаний используются различные методы. **Метод опроса** применяется в устной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок. **Программированный метод** заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и с несколькими ответами на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении. Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы с выполнением конкретного комплекса и т. п. **Основными формами** организации педагогического системы физического воспитания в начальной школе являются уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках. На уроках по физической культуре необходимо осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся. При проведении уроков используется беседа, интегрированные уроки, рассказ, подвижные игры с предметами и без них, применяется активно игровой метод, практические занятия в спортивном зале и на свежем воздухе, направленные на укрепление силы, выносливости и ловкости детей. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям

физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье. Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры. Принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в начальной школе оцениваются

Планируемые предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

• знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

• знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

• знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

• способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

• умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

• способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области эстетической культуры:

• способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

• способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

• способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области физической культуры:

• способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

• способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

• способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

• владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;

• владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

• владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

• способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

• способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

• владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области эстетической культуры:

• красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;

• хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

• культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области физической культуры:

• владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

• владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

• умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Используемая в тексте программы система условных обозначений.

(УУД) - универсальные учебные действия;

(ФГОС НОО) - Федеральный Государственный образовательный стандарт начального общего образования;

(ОРУ)- общеразвивающие упражнения;

(ТБ)– техника безопасности;

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 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.

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 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 ОРУ; находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техническом 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.

4 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- *Знания о физической культуре* - выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать историю появления мяча и футбола, объяснять, что такое зарядка и физкультминутка, что такое гимнастика и ее значение в жизни человека, правила обгона на лыжне;
- *Гимнастика с элементами акробатики* — выполнять строевые упражнения, наклон вперед из положения сидя и стоя, различные варианты висов, вис завесом одной и двумя ногами, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, стойку на голове, на руках, на лопатках, мост, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, выкрут, махи), опорный прыжок, проходить станции круговой тренировки, лазать по гимнастической стенке, по канату в два и три приема, прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, крутить обруч, напрыгивать на гимнастический мостик, выполнять разминки на месте, бегом, в движении, с мешочками, гимнастическими палками, массажными мячами, набивными мячами, малыми и средними мячами, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, направленные на развитие гибкости и координации движений, на матах, запоминать небольшие временные промежутки, подтягиваться, отжиматься;
- *Легкая атлетика* — пробегать 30м и 60м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;
- *Подвижные и спортивные игры*— выполнять пас ногами и руками, низом, верхом, через волейбольную сетку, ведение мяча ногами и руками, прием мяча снизу и сверху, бить и бросать по воротам, бросать и ловить мяч самостоятельно и в парах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры «Ловишка», «Ловишка на хопах», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Флаг на башне», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Собачки», «Собачки ногами», «Командные собачки», «Вышибалы», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы с ранением», «Вышибалы через сетку», «Перестрелка», «Волк во рву», «Антивышибалы», «Защита стойки», «Капитаны», «Осада города», «Штурм», «Удочка», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Горячая линия», «Будь острожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

Содержание учебного предмета, курса 4 класс

Знания о физической культуре

История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

Способы физкультурной деятельности

Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Гимнастические упражнения прикладного характера*:* опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

На материале раздела **«Легкая атлетика»*:*** «Подвижная цель».

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».

Низкий старт.

Стартовое ускорение.

Финиширование.

Подвижные игры

На материале раздела «**Гимнастика с основами акробатики»:** задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

Лыжная подготовка (12ч)

Освоение организующих команд и приёмов на лыжах (с лыжами): строевые упражнения, построение и перестроения на месте, повороты на месте и в движении, размыкания в строю, манипуляции с лыжным комплектом. Освоение упражнений на лыжах для развития скоростно-силовых качеств, координации и выносливости. Ходьба на неглубоком (глубоком) снегу, с препятствиями, подъемами и спусками. Передвижения ступающим шагом, скользящим шагом. Имитации отдельных фаз и положений лыжника. Передвижения на извилистой лыжне при изменении направлений движения. Основные элементы техники классических лыжных ходов в облегченных условиях. Передвижение переменным двушажным ходом. Спуск со склонов в высокой, средней и низкой стойках. Преодоление подъемов «елочкой», «полуелочкой», ступающим, скользящим, беговым шагом. Обучение торможению «плугом», «упором», «поворотом», соскальзыванием, падением. Обучение поворотам на месте

и в движении. Основные элементы конькового хода. Прохождение дистанции до 1000 м. Эстафеты с этапами по 150 м. Подвижные игры и игры - задания: «удержание равновесия», «общий старт», «переноска палок», «старт шеренгами», «быстрый лыжник», «быстрая команда», «с горы в ворота».

На материале **спортивных игр:**

Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).

Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол»

4 класс

Раздел «Знания о физической культуре»

Выпускник научится:

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

- раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;

- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»,

- характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

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

- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Раздел «Способы физкультурной деятельности»

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

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

- измерять показатели физического развития (рост и массу тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

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

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

- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Раздел «Физическое совершенствование»

Выпускник научится*:*

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

- выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;

- выполнять организующие строевые команды и приемы;

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

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

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

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

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета **«Физическая культура»** учащиеся 4 класса должны:

- **иметь представление:**
- о роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии;
- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;
- **уметь:**
- вести дневник самонаблюдения;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;

демонстрировать уровень физической подготовленности

Уровень физической подготовленности учащихся 4 класса

№	Контрольное упражнение (тест)	Уровень					
		мальчики			девочки		
		низкий	*средний*	*высокий*	*низкий*	*средний*	*высокий*
1	Бег на 30 м (с)	6,6	6,5-5,5	5,1	6,6	6,5-5,6	5,2
2	Челночный бег 3*10 м (с)	9,9	9,5-9,0	8,6	10,4	10,4/9,5	9,1
3	Прыжок в длину с места (см)	130	140-160	185	120	140-155	170
4	6-минутный бег (м)	850 (метр)	900/1050	1250	650	750-950	1050
5	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	4-6	8,5	3	7-10	14,0
6	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), (раз), на низкой перекладине из виса лежа (девочки), (раз)	1	3-4	5	4	8-13	18

Формируемые универсальные учебные действия (УУД)

Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

- Личностные УУД;
- - Регулятивные УУД ;
- Коммуникативные УУД

Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» является формирование следующих умений:

– формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

– формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

– развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

– развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

– формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Регулятивные УУД:

– овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Коммуникативные УУД:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной точкой зрения, ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- контролировать действия партнёра.

Планируемые результаты реализации раздела гимнастика с основами акробатики:

Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов. - приобретение обучающимися знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности; - развитие самостоятельности при выполнении гимнастических упражнений;- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Ученик научится:

- способам и особенностям движений и передвижений человека; выполнять дыхательные упражнения при выполнении физических упражнений;

- терминологии разучиваемых упражнений их функционального смысла и направленности воздействия на организм; способам простейшего контроля над деятельностью систем дыхания и кровообращения при выполнении гимнастических упражнений;

- правилам выполнения общих и индивидуальных основ личной гигиены, использования закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида; технике выполнения акробатических упражнений;

- соблюдать технику безопасности при выполнении заданий.

Ученик получит возможность научиться:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики, физических упражнений, комплексы, направленные на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;

- вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;

- организовывать и проводить самостоятельные формы занятий, закаливающие процедуры по индивидуальным планам; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культуры.

Гимнастика с основами акробатики ориентирован на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные учебные действия (УУД)	Результат
Личностные	- мотивационная основа на занятия гимнастикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.
Регулятивные	-умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); - планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации; - учитывать правило в планировании и контроле способа решения; - адекватно воспринимать оценку учителя; -оценивать правильность выполнения двигательных действий.
Познавательные	- осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с основами акробатики; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.
Коммуникативные	- уметь слушать и вступать в диалог; -участвовать в коллективном обсуждении акробатических комбинаций.

Лёгкая атлетика ориентирована на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные учебные действия (УУД)	**Результат**
Личностные	- мотивационная основа на занятия лёгкой атлетикой; -учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики.
Регулятивные	-умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); - планировать свои действия при выполнении ходьбы, разновидностей бега, метании мяча с места, на дальность; прыжков в длину с места, разбега; в высоту; - комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации; - учитывать правило в планировании и контроле способа решения; - адекватно воспринимать оценку учителя; -оценивать правильность выполнения двигательных действий.
Познавательные	- осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий по лёгкой атлетике; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без.
Коммуникативные	- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений.

Планируемые результаты реализации раздела лёгкой атлетики:

Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов. - приобретение обучающимися знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности;- развитие самостоятельности при выполнении легкоатлетических упражнений;- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Ученик научится: - способам и особенностям движений и передвижений человека;
- выполнять дыхательные упражнения при выполнении физических упражнений; терминологии разучиваемых упражнений их функционального смысла и направленности воздействия на организм; - способам простейшего контроля за деятельностью систем дыхания и кровообращения при выполнении легкоатлетических упражнений; - правилам выполнения общих и индивидуальных основ личной гигиены, использования закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида; - технике выполнения легкоатлетических упражнений; соблюдать технику безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.

Ученик получит возможность научиться: - составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики, физических упражнений, комплексы, направленные на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки; - вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений; - организовывать и проводить самостоятельные формы занятий, закаливающие процедуры по индивидуальным планам; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культуры

Учебно-тематическое планирование физическая культура 4класс
Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 4 классе

№	Вид программного материала	Количество часов
1	Лёгкая атлетика	15
2	Подвижные игры	12
3	Гимнастика	18
4	Баскетбол	15
5	Лыжная подготовка	12
6	Волейбол (пионербол)	15
7	Лёгкая атлетика	15
8	Итого в год	102
9	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока

План-график распределения учебного материала по четвертям для 4 класса

№	Разделы, темы	Четверти (число уроков)				
		1 (27)	2 (21)	3 (30)	4 (24)	Итого
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков				
2	Лёгкая атлетика	15			15	30
3	Подвижные игры	12				12
4	Гимнастика		18			18
5	Баскетбол		3	12		15
6	Лыжная подготовка			12		12
7	Волейбол (пионербол)			6	9	15
8	Итого	27	21	30	24	102

(Приложение 2)

Таблица календарно-тематического планирования по физической культуре на 4 класс

№ урока	тема урока	тип урока	элементы содержания	вид контроля	УУД. деятельность учащихся			дата по плану	дата по факту
					Предметные	Метапредметные	Личностные		
1	**Раздел 1. Легкая атлетика (15ч) 1четверть**								
	Прыжок в длину с места. Бег на выносливость до 3 минут.	Изучение нового материала	Задачи: 1.Совершенствование технике бега на выносливость до 3 минут. 2. Повторение техники прыжка в длину с места. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	ТБ на уроке. Понимать, как выполнять прыжок в длину с места. Что такое высокий старт и бег на выносливость. Знать правила подвижной игры «День и ночь»	**Коммуникативные** Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные**: уметь прыгать в длину с места и выполнять бег на выносливость до 3 мин, уметь играть в подвижную игру «День и ночь»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
2	Тема урока №1	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование технике бега на выносливость до 3 минут. 2. Тест прыжок в длину с места. 3. Развитие двигательных качеств.	Тест прыжок в длину с места. М/оценка 5 4 3 175 160 130 (См) Д/оценка 5 4 3 170 155 120 (См)	Знать, как выполнять тест прыжок в длину с места, Понимать что такое дистанция и бег на выносливость. Знать правила подвижной игры Перестрелка	**Коммуникативные** 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, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. **Познавательные**: уметь, выполнять прыжок в длину с места и бег на выносливость до 3 мин,. уметь играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		

3	Бег на выносливость до 3 минут. Бег на 30м. С.Б.У	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование технике бега на выносливость до 3 минут, С.Б.У. 2. Тестирование бега на 30м. 3. Развитие общей выносливости, бег с высокого старта.	Тест бег на 30м/ сек. М/оценка 5 4 3 5,5 5,8 6,5 Д/оценка 5 4 3 5,6 5,9 6,6	Что такое Специально-беговые упражнения (С.Б.У.) понимать правила тести-рования' бега на 30 м с высокого старта, понимать правила подвижной игры «Колдунчики	**Коммуникативные** Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные** уметь выполнять разминку в движении, играть в подвижную игру«Колдунчики	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
4	Высокий старт. Бег на выносливость до 3 минут. С.Б.У	Совершенствование	Задачи: 1. Повторение техники бега на выносливость до 3 минут, С.Б.У. 2. Повторение техники высокого старта. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	Знать, что такое дистанция и как ее можно удерживать; понимать технику (С.Б.У.) правила подвижной игры «Вызов номеров»	**Коммуникативные** Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации **Регулятивные** Адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. **Познавательные**: уметь выполнять разминку на месте, правильно выполнять бег на выносливость до 3 минут. С.Б.У, играть в подвижную игру «Вызов номеров»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
5	Бег на 1000м. С.Б.У	Совершенствование Контрольный	Задачи: 1.Совершенствование технике С.Б.У. 2. Бег на 1000м без учета времени. 3. Развитие общей выносливости, ловкости, быстроты, прыгучести.	текущий	Оценивать правильность выполнения бега по дистанции, уметь выполнять разминку в движении и С.Б.У; понимать знать правила подвижной игры «Горелки»;	**Коммуникативные** Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. **Регулятивные** Определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. **Познавательные**: уметь выполнять разминку в движении по кругу, уметь играть в подвижную игру «Горелки»;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		

6	С.Б.У. Бег на 60м.	Совершенствование	Задачи: 1. Повторение технике С.Б.У. 2. Совершенствование технике бега на 60м. 3. Развитие скоростно-силовых качеств.	текущий	Знать, что такое дистанция Бег на 60м как возникли физическая культура и спорт; знать правила подвижной игры «У медведя во бору»	**Коммуникативные** Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. **Познавательные**: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений и С.Б.У, уметь играть в подвижную игру «У медведя во бору»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
7	Бег на 60м. Метание малого мяча на дальность.	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование технике бега на 60м. 2. Совершенствование техники метание малого мяча на дальность. 3. Развитие координационных способностей.	текущий	Знать и понимать, как выполняется Бег на 60м. и Метание малого мяча на дальность. Знать правила подвижной игры « Салки»	**Коммуникативные** Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. **Регулятивные** Осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции **Познавательные**: уметь выполнять разминку, направленную на развитие координации движений уметь играть в подвижную игру « Салки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
8	Эстафеты. Тема урока №7.	Совершенствование Повторение	Задачи: 1. Повторение техники бега на 60м. 2. Совершенствование техники метание малого мяча на дальность, эстафеты. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	Знать и понимать, как выполнять технически правильно Бег на 60м и метание малого мяча на дальность;	**Коммуникативные** Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. **Регулятивные** Определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. **Познавательные**: уметь выполнять разминку по кругу, играть в Эстафеты.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки		

9	Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Эстафеты. Метание малого мяча на дальность	Совершенствование Контрольный	Задачи: 1. Метание малого мяча на результат. 2. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега, способом согнув ноги, эстафеты. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	Знать, что такое физическая культура и спорт, уметь выполнять технически правильно метание малого мяча на дальность; прыжка в длину с разбега, способом согнув ноги.	**Коммуникативные** Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации **Регулятивные** Видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. **Познавательные**: уметь выполнять разминку по кругу, играть в Эстафетах.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
10	Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Ускорение 4-5 раз по 20м. Эстафеты.	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега, способом согнув ноги. 2. Совершенствование техники ускорений 4-5 раз по 20м, эстафеты. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	Знать что такое здоровье и закаливание, уметь выполнять технически правильно Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Ускорение 4-5 раз по 20м.	**Коммуникативные** Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Осознавать самого себя как движущую силу своего научениясвою способность к преодолению препятствий и самокоррекции **Познавательные**: уметь выполнять разминку в кругу на месте, играть в Эстафетах	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
11	Тема урока № 10 Метание набивного мяча.	Повторение Контрольный	Задачи: 1. Повторение технике прыжка в длину с разбега, способом согнув ноги (на результат) и тест метание набивного мяча, и.п. сед ноги врозь из-за головы 2-мя руками. 2.Совершенствование техники ускорений 4-5 раз по 20м. 3.Развитие силы, прыгучести, ловкости, быстроты.	текущий	Знать, как выполнять Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги (на результат) и тест метание набивного мяча, и.п. сед ноги врозь из-за головы 2-мя руками. Знать, что такое частота сердечных сокращений (ЧСС), правила подвижных игр «Салки» и «Совушка»	**Коммуникативные** Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. **Регулятивные** Определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. **Познавательные**: уметь выполнять разминку в движении и играть подвижные игры «Салки» и «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
12	Ускорение 4-5 раз по 20м. Бег до 5 минут.	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование техники ускорений 4-5 раз по 20м. 2. Совершенствование техники бега до 5 минут на выносливость. 3. Развитие выносливости, быстроты, ловкости.	текущий	Знать, как выполнять Бег до 5 минут на выносливость и Ускорение 4-5 раз по 20м. Понимать правила подвижной игры «Салки с домиками»	**Коммуникативные** Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные** Видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. **Познавательные**: уметь выполнять разминку в движении играть в подвижную игру «Салки с домиками»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

13	Многоскоки. Тема урока № 12.	Изучение нового материала	Задачи: 1. Совершенствование технике бега до 5 минут на выносливость, многоскоки. 2. Повторение техники ускорений 4-5 раз по 20м. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	Знать, как выполнять Бег до 5 минут на выносливость и Ускорение 4-5 раз по 20м. многоскоки. правила подвижной игры «Два Мороза»	**Коммуникативные** Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. **Регулятивные** Определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. **Познавательные**: уметь выполнять разминка с малыми мячами, играть в подвижную игру «Два Мороза»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
14	Многоскоки. Бег до 5 минут. Прыжки на скакалке.	Совершенствование изученного материала	Задачи: 1.Совершенствование технике бега до 5 минут на выносливость, много скоки. 2. Совершенствование техники прыжков на скакалке. 3. Развитие прыгучести, силы, гибкости, общей выносливости.	текущий	Понимать, как выполнять Многоскоки. Бег до 5 минут. Игра в «Футбол»	**Коммуникативные** Организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. **Регулятивные** Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников адекватно оценивать свои действия и действия партнеров **Познавательные**: уметь прыгать на скакалке., играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
15	Бег до 5 минут. Челночный бег 3по 10м.	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование техники бега до 5 минут на выносливость. 2. Тест челночный бег 3 по 10м. 3. Развитие быстроты, ловкости, выносливости.	текущий	Понимать, как выполнять Бег до 5 минут. Тестирование Челночный бег 3по 10м Знать, как проводятся разминка, направленная на развитие ловкости, правила подвижной игры «Волк во рву»;	**Коммуникативные** Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные**: уметь играть в подвижную игру «Волк во рву»;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

16	**Раздел 2. Подвижные игры (12 ч)**								
	П. игры: 1.Точно в мишень. 2. Вызов номеров. 3. Прокати быстрее мяч	Изучение нового материала.	1.Обучение игре Точно в мишень. 2. Обучение игре Вызов номеров, Прокати быстрее мяч. 3Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости.	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные** Определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
17	1.Точно в мишень 2. Конники - спортсмены 3. Вызов номеров.	Совершенствование	1.Совершенствование игры Точно в мишень, Вызов номеров. 2. Совершенствование игры Конники – спортсмены. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости.	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение **Регулятивные** Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
18	1.Точно в мишень. 2. Космонавты 3. Прокати быстрее мяч	Совершенствование	1.Совершенствование игры Точно в мишень, Прокати быстрее мяч. 2. Совершенствование игры Космонавты. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости.	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

19	1. Конники – спортсмены 2. Пустое место 3. Прокати быстрее мяч	Совершенствование	1.Совершенствование игр Конники – спортсмены, Прокати быстрее мяч. 2. Совершенствование игры Пустое место 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости.	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные** Видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
20	1. День и ночь 2. Охотники и утки 3. Пустое место	Совершенствование	1.Совершенствование игр День и ночь, Охотники и утки. 2. Совершенствование игры Пустое место 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости.	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
21	1.Охотники и утки 2.Космонавты 3.Совушка	Совершенствование	1.Совершенствование игр Охотники и утки, Космонавты. 2. Совершенствование игры Совушка. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. **Регулятивные** Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

22	1.Верёвочка под ногами 2.Волк во рву 3.Совушка	Совершенствование	1.Совершенствование игр Верёвочка под ногами, Волк во рву. 2. Совершенствование игры Совушка. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. **Регулятивные** Видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
23	1.Волк во рву 2.Охотники и утки 3.День и ночь	Совершенствование	1.Совершенствование игр Волк во рву, Охотники и утки. 2. Совершенствование игры День и ночь. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Осознавать самого себя как движущую силу своего научения свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
24	1.Пустое место 2.Верёвочка под ногами 3.Волк во рву	Совершенствование	1.Совершенствование игр Пустое место, Верёвочка под ногами. 2. Совершенствование игры Волк во рву. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

25	1.Мяч соседу 2.День и ночь 3.Верёвочка под ногами	Совершенствование	1.Совершенствование игр Мяч соседу, Верёвочка под ногами. 2. Совершенствование игры День и ночь. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные** Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников адекватно оценивать свои действия и действия партнеров **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
26	1.Посадка картофеля 2.Мяч соседу 3.Охотники и утки	Совершенствование	1.Совершенствование игр Мяч соседу, Посадка картофеля. 2. Совершенствование игры Охотники и утки. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. **Регулятивные** Видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
27	1.Верёвочка под ногами 2.Посадка картофеля 3.Мяч соседу	Закрепление	1.Закрепление игр Верёвочка под ногами, Мяч соседу. 2. Закрепление игры Посадка картофеля. 3.Развитие ловкости, быстроты, общей выносливости	текущий	Знать правила подвижных игр	**Коммуникативные** Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения **Регулятивные** Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные**: уметь играть в подвижные игры	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		

28	**Раздел 3. Гимнастика (18ч) 2четверть**								
	Акробатика Строевая подготовка	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование технике кувырка вперед, стойка на лопатках. 2. Совершенствование техники строевого шага, перестроений. 3. Развитие общей выносливости.	текущий	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения группировки, что такое кувырок, стойка на лопатках, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные**: уметь выполнять разминку на матах, делать группировку кувырок вперёд, стойка на лопатках, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
29	Тема урока №28	Изучение нового материала Совершенствование	Задачи: 1. Обучение технике кувырка назад. 2. Совершенствование техники кувырка вперед, стойка на лопатках, строевого шага, перестроений. 3. Развитие координационных способностей, общей выносливости.	текущий	Знать, повороты, перестроение, как проводится разминка на матах, понимать технику выполнения группировки, кувырок назад, кувырок вперед, стойка на лопатках, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	**Коммуникативные:** устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. **Регулятивные**: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять разминку на матах, делать группировку кувырок назад кувырок вперед, стойка на лопатках , играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
30	Тема урока №28	Совершенствование	Задачи: 1. Совершенствование техники кувырка вперед-назад, стойка на лопатках, ласточка. 2. Совершенствование технике перестроений из 1 шеренги в 2 и 3. 3. Развитие координационных способностей.	текущий	Знать, как проводится разминка на матах, технику выполнения перекатов и кувырка вперед – назад стойка на лопатках, ласточка, правила игры «Парашютисты»	**Коммуникативные:** формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в достижении цели со сверстниками. **Регулятивные**: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные**: уметь выполнять перестроения из 1 шеренги в 2 и 3, .разминку на матах, перекаты, кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		

31	Акробатика Лазанье в 2 приема по канату, шесту.	Совершенствование,	Задачи: 1. Совершенствование техники кувырка вперед-назад, стойка на лопатках, мост и.п. лежа. 2. Совершенствование техники лазанья по канату, шесту в 2 приема. 3. Развитие координационных способностей, силы, гибкости, общей выносливости.	текущий	Знать, как выполнять лазанье в 2 приема по канату, шесту проводится разминка на матах, технику выполнения кувырка вперед-назад стойка на лопатках, мост и.п. лежа, правила игры «Успей убрать»	**Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять разминку на матах, кувырок вперед стойка на лопатках, мост и.п. лежа. -назад, и играть в подвижную игру «Успей убрать»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
32	Тема урока №31	Совершенствование,	Задачи: 1.Совершенствование техники лазанья по канату, шесту в 2 приема. 2. Совершенствование техники равновесия (ласточка), кувырка вперед-назад, стойка на лопатках, мост и.п. лежа. 3. Развитие основных физических качеств.	текущий	Понимать, как выполняется Лазанье в 2 приема по канату, шесту. Знать технику равновесия (ласточка) кувырка вперед-назад, стойка на лопатках, мост и.п. лежа, правила игры «Два мороза»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. **Познавательные:** уметь выполнять равновесия (ласточка) кувырка вперед-назад, стойка на лопатках, мост и.п. лежа,, играть в подвижную игру «Два мороза»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
33	Тема урока №31	Совершенствование,	Задачи: 1. Совершенствование технике лазанья по канату, шесту в 2 приема. 2.Совершенствование техники равновесия (ласточка), кувырка вперед-назад, стойка на лопатках, мост и.п. стоя с помощью и самостоятельно. 3. Развитие координационных способностей, силы, гибкости.	текущий	Знать, как выполняется лазанье в 2 приема по канату, шесту, как проводится разминка на матах, равновесие (ласточка), кувырок вперед-назад, стойка на лопатках, мост правила игры « Космонавты»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. **Регулятивные:** формировать умение сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. **Познавательные:** уметь выполнять стойку на лопатках, разминку на матах, равновесие (ласточка), кувырок вперед-назад, стойка на лопатках, мост и.п. стоя с помощью и самостоятельно, играть в подвижную игру « Космонавты».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

34	Тема урока №31	повторение.	Задачи: 1. Повторение техники лазанья по канату, шесту в 2 приема. 2. Повторение техники акробатических упражнений. 3. Развитие основных физических качеств.	текущий	Знать, как выполняется лазанье в 2 приема по канату, шесту. Знать, как проводится раз-минка на матах, равновесие (ласточка), кувырок вперед-назад, стойка на лопатках, мост, правила игры «Третий лишний»	**Коммуникативные:** формировать навык речевых действий: использования адекватных языковых средств для отображения в речевых высказываниях с целью планирования, контроля и самооценки. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные**: уметь выполнять разминку на матах акробатические упражнения, , проводить игровое упражнение на внимание, играть в подвижную игру «Третий лишний»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной от-зывчивости, сочувствия другим людям, само-стоятельности и личной ответственности за свои поступки		
35	Лазанье по канату, шесту, на шведской стене.	Учёт	Задачи: 1.Сдать зачет технику лазанья по канату, шесту в 2 приема. 2. Совершенствование технике лазанья на шведской стене, поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов. 3. Развитие координационных способностей, силы, гибкости.	текущий	Знать, что такое канат, как по нему лазать, лазанья на шведской стене, поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов, правила игры «Будь осторожен»	**Коммуникативные**: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. **Регулятивные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа-тивность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** уметь выполнять разминку на матах лазанье по канату, лазанья на шведской стене, поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов. играть в подвижную игру «Будь осторожен»	Принятие и освоение социальной роли об-учающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
36	Опорный прыжок (козел) Упражнения с предметами и без. Лазанье на шведской стене. В висе подъем прямых ног до угла 90 градусов.	Изучение нового материала	Задачи: 1. Обучение технике опорный прыжок (козел). и упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов. 2. Совершенствование технике лазанья на шведской стене, поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов. 3. Развитие ловкости, гибкости, прыгучести.	текущий	Понимать как выполнять Опорный прыжок (козел), и упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов. знать правила игры «Вызов номеров»	**Коммуникативные**: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. **Регулятивные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа-тивность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения с предметами и без. Лазанье на шведской стене. В висе подъем прямых ног до угла 90 градусов, играть в подвижную игру «Вызов номеров»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной от-зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

37	Тема урока № 36	Совершенствование,	Задачи: 1.Обучение технике опорный прыжок (козел). 2. Совершенствование техники упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов, лазанья на шведской стене, поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов. 3. Развитие основных физических качеств, общей выносливости, силы, гибкости, прыгучести.	текущий	Знать, что такое Опорный прыжок (козел), и упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов, как проводится разминка на матах, лазанья на шведской стене, поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов, правила подвижной игры «Охотник и обезьянки»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, формировать способность к преодолению препятствий и само- коррекции. **Познавательные**: уметь выполнять Опорный прыжок (козел), и упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов, как проводится разминка на матах, лазанья на шведской стене, поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов, проводить подвижную игру «Охотник и обезьянки».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
38	Опорный прыжок (козел) Упражнения с предметами и без. Подтягивание на перекладине.	Совершенствование,	Задачи: 1. Совершенствование техники опорного прыжка ноги врозь. (козел в ширину). 2. Совершенствование техники упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов, подтягивание на перекладине. 3. Развитие общей выносливости, силы, прыгучести.	текущий	Знать, как выполняется Опорный прыжок (козел) Упражнения с предметами и без. Подтягивание на перекладине, правила подвижной игры «Охотники и утки	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. **Познавательные:** уметь выполнять Опорный прыжок (козел), упражнения с предметами и без, подтягивание на перекладине, разминку на матах, играть в подвижную игру «Охотники и утки	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
39	Тема урока № 38	Совершенствование,	Задачи: 1. Совершенствование техники опорного прыжка ноги врозь. (козел в ширину). 2.Повторение техники упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов, тест поднимание в висе прямых ног до угла 90 градусов. 3. Развитие силы, гибкости, быстроты, ловкости.	текущий	Знать, как выполняется Опорный прыжок (козел) Упражнения с предметами и без. правила игры « Пустое место»	**Коммуникативные:** формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. **Познавательные:** уметь выполнять Опорный прыжок (козел), упражнения с предметами и без. проводить подвижную игру« Пустое место»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

40	Упражнения на брусьях Равновесие. Опорный прыжок (козел).	Совершенствование,	Задачи: 1. Совершенствование техники опорного прыжка ноги врозь (козел в ширину). 2. Совершенствование техники равновесия (ласточка), на разновысоких брусьях. 3. Развитие силы, гибкости, ловкости, прыгучести.	текущий	Знать, как выполнять упражнения на брусьях равновесие. Опорный прыжок (козел). правила игры «Шмель»	**Коммуникативные**: формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, формировать способность к преодолению препятствий и само- коррекции. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения на брусьях равновесие. Опорный прыжок (козел). проводить подвижную игру «Шмель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
41	Упражнения на брусьях. Опорный прыжок (козел)	Изучение нового материала	Задачи: 1.Обучение техники подъема переворотом на разновысоких брусьях. 2. Совершенствование техники опорного прыжка ноги врозь (козел в ширину) и на брусьях равновесие (ласточка). 3. Развитие силы, ловкости, гибкости, прыгучести.	текущий	Иметь представление техники подъема переворотом на разновысоких брусьях. Знать, как выполнять упражнения на брусьях равновесие. Опорный прыжок (козел). правила игры « Верёвочка под ногами»	**Коммуникативные**: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отношение друг к другу. **Регулятивные:** формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения на брусьях равновесие. Опорный прыжок (козел). подвижную игру « Верёвочка под ногами»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
42	Тема урока № 41	Изучение нового материала	Задачи: 1. Обучение техники упражнений на параллельных (М) и разновысоких брусьях (Д)соскок прогнувшись. 2. Совершенствование техники опорного прыжка ноги врозь (козел в ширину). 3. Развитие общей выносливости, силы, ловкости.	текущий	Иметь представление техники упражнений на параллельных (М) и разновысоких брусьях (Д) соскок прогнувшись. Знать как выполнять и правила игры «Волк во рву»	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. **Познавательные:** уметь выполнять Опорный прыжок (козел), проводить подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

43	Тема урока №41	Совершенствование,	Задачи: 1. Совершенствование техники упражнений на брусьях. 2. Повторение техники опорного прыжка ноги врозь (козел в ширину) и упражнения с предметами (обручи, скакалка) и без предметов. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	Знать, как выполнять упражнения на брусьях, Опорный прыжок (козел). упражнения с предметами, правила игры «Береги предмет»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Познавательные:** уметь выполнять упражнения на брусьях, Опорный прыжок (козел). упражнения с предметами, играть в подвижную игру «Береги предмет»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
44	Упражнения на брусьях. Танцевальный шаг (полька) Повороты на 180 градусов на носках.	Совершенствование,	Задачи: 1.Совершенствование техники упражнений на брусьях. 2. Совершенствование техники танцевального шага (полька), повороты на 180 градусов на носках. 3. Развитие двигательных качеств.	текущий	Знать, как выполнять упражнения на брусьях, технику танцевального шага (полька), повороты на 180 градусов на носках, правила игры «Медведи и пчёлы»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные:** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Познавательные**: уметь выполнять упражнения на брусьях, технику танцевального шага (полька), повороты на 180 градусов на носках, играть в подвижную игру «Медведи и пчёлы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
45	Тема урока №44	Закрепление Повторение	Задачи: 1. Закрепление технику упражнений на брусьях. 2. Повторение техники танцевального шага (полька), повороты на 180 градусов на носках. 3. Развитие ловкости, прыгучести.	текущий	Знать, как правильно выполнять упражнения на брусьях, технику танцевального шага (полька), повороты на 180 градусов на носках, правила игры «Попрыгунчики-воробушки»	**Коммуникативные:** формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; слушать и слышать друг друга. **Регулятивные:** формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные**: уметь выполнять упражнения на брусьях, технику танцевального шага (полька), повороты на 180 градусов на носках, ,проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

46	**Раздел 4. Баскетбол (15ч.)**								
	Стойка игрока Ведение мяча в шаге	Изучение нового материала.	1. Обучение технике стойки игрока баскетболиста 2. Обучение технике ведение мяча в шаге 3. Развитие ловкости, силы, гибкости, общей выносливости	текущий	Иметь представление об игре Баскетбол, Понимать, что такое стойка игрока, ведение мяча в шаге, этапы эстафеты	**Коммуникативные:** формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, ведение мяча правой и левой рукой в шаге, играть в Эстафеты.	Научить правильной стойке игрока с ведением мяча в шаге. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
47	Стойка игрока Ведение мяча в шаге	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1.Совершенствование техники стойки игрока баскетболиста 2. Совершенствование техники ведение мяча в шаге 3. Развитие координации, скоростно-силовых качеств, гибкости, быстроты.	текущий	Знать, что такое стойка игрока, ведение мяча в шаге, правила игры «Мяч капитану»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия. **Познавательные:** уметь выполнять, стойку игрока, ведение мяча в шаге, играть в подвижную игру «Мяч капитану»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
48	Стойка игрока Ведение мяча Передвижение игрока	Изучение нового материала.	Задачи: 1. Обучение техники передвижение игрока. 2. Совершенствование техники ведение мяча в шаге в стойке игрока. 3. Развитие ловкости, силы, гибкости, общей выносливости	текущий	Иметь представление передвижение игрока в баскетболе. Знать, что такое ведение мяча в шаге, этапы эстафеты	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия. **Познавательные:** уметь выполнять передвижение игрока, ведение мяча в шаге играть в Эстафеты.	Научить быстрому передвижению в стойке игрока. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		

49	**3 четверть** Передвижение игрока Стойка игрока Ведение мяча	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование технике передвижений в стойке игрока. 2. Совершенствование техники ведение мяча в шаге в стойке игрока. 3. Развитие ловкости, силы, гибкости, общей выносливости	текущий	Знать, что такое стойка игрока, передвижение игрока в баскетболе, ведение мяча в шаге, правила подвижной игры «Охотники и утки»	**Коммуникативные**: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату. **Познавательные**: уметь выполнять разминку в движении, передвижение в стойке игрока, ведение мяча в шаге, играть в подвижную игру «Охотники и утки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
50	Владение мячом Передача мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча. Передвижение игрока. Ведение мяча	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование техники владение мячом и передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча. 2. Совершенствование техники передвижений стойке игрока баскетболиста, ведение мяча в шаге. 3. Развитие основных физических качеств. Подводящие упражнения при овладении техническими приемами.	текущий	Знать, что такое Владение мячом, Передача мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, Передвижение игрока. Ведение мяча в шаге, правила подвижной игры «Передал, сел»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). **Регулятивные:** формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия. **Познавательные:** уметь, выполнять владение мячом, передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, передвижение игрока, ведение мяча в шаге, играть в подвижную игру «Передал, сел»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

51	Владение мячом Передача мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча. Передвижение игрока.	Совершенствование изученного материала.	1.Совершенствование техники владение мячом и передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча. 2. Повторение техники передвижений стойке игрока баскетболиста 3. Развитие координации, скоростно-силовых качеств, гибкости, быстроты.	текущий	Знать, что такое владение мячом, передача мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, передвижение игрока, правила подвижной игры «Мяч капитану»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, владение мячом, передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, передвижение игрока, играть в подвижную игру «Мяч капитану»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
52	Жонглирование мячом Ведение мяча в шаге Владение мячом	Изучение нового материала.	Задачи: 1.Обучение техники жонглирования мячом. 2. Совершенствование техники ведение мяча в шаге, владение мячом. 3. Развитие ловкости, силы, гибкости, общей выносливости.	текущий	Понимать, что такое жонглирование, Знать, что такое владение мячом как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет с мячом.	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, жонглирование, владение мячом, участвовать в эстафетах.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		
53	Жонглирование мячом. Владение мячом	Совершенствование изученного материала. .Повторение	Задачи: 1.Совершенствование техники жонглирования мячом. 2. Повторение техники владение мячом. 3. Развитие ловкости, быстроты, силы, гибкости, общей выносливости.	текущий	Знать, что такое жонглирование мячом, владение мячом, как проводится разминка с мячами, правила проведения эстафет.	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, жонглирование мячом, участвовать в эстафетах.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

54	Жонглирование мячом. Ведение мяча. Передача мяча на месте 2-мя руками от груди и ловля мяча.	Совершенствование изученного материала. Повторение	Задачи: 1.Совершенствование техники жонглирования мячом и передача мяча на месте 2-мя руками от груди и ловля мяча 2.Повторение техники ведение мяча в шаге. 3.Развитие ловкости, быстроты, силы, гибкости.	текущий	Знать, что такое жонглирование мячом, передача мяча на месте 2-мя руками от груди и ловля мяча, правила проведения подвижной игры «Раки»	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные:** уметь выполнять жонглирование мячом, передача мяча на месте 2-мя руками от груди и ловля мяча, разминку с мячом, играть в подвижную игру« Раки»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
55	Жонглирование мячом. Ведение мяча. Передача мяча на месте 2-мя руками от груди и ловля мяча.	Повторение. Контрольный	Задачи: 1. Повторение техники жонглирования мячом. 2. Сдать зачет ведение мяча в шаге, передача мяча и ловля мяча. 3.Развитие ловкости, быстроты, силы, гибкости.	Учёт	Знать, как выполнять ведение мяча в шаге, передача мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, правила подвижной игры «Передал, сел»	**Коммуникативные:** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; организовывать и осуществлять совместную деятельность. **Регулятивные:** формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операционный опыт (учебных знаний и умений); сотрудничать в совместном решении задач. **Познавательные:** уметь выполнять разминку с мячом, ведение мяча в шаге, передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, играть в подвижную игру «Передал, сел»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
56	Бросок в кольцо с близкого расстояния. Передача мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча.	Изучение нового материала.	Задачи: 1.Обучение техники броску в кольцо с близкого расстояния 2-мя руками от груди. 2. Повторение техники передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча. 3.Развитие ловкости, быстроты, силы, гибкости.	текущий	Иметь представление, что такое бросок в кольцо. Знать, как выполнять передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, правила проведения Эстафеты с мячом	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять передачи мяча на месте 2-мя руками от груди, ловля мяча, играть в Эстафеты с мячом.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

57	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок в кольцо с близкого расстояния. Эстафеты с мячом	Совершенствование изученного материала Изучение нового материала.	Задачи: 1. Обучение техники ведение мяча с изменением направления и скорости. 2.Совершенствование техники броска в кольцо с близкого расстояния 2-мя руками от груди. 3. Развитие ловкости, быстроты, силы в эстафетах с мячом.	текущий	Знать, что такое ведение мяча, бросок в кольцо с близкого расстояния, правила проведения Эстафеты с мячом	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять ведение мяча , бросок в кольцо с близкого расстояния, играть в Эстафеты с мячом	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
58	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок в кольцо с близкого расстояния.	Совершенствование изученного материала	Задачи: 1.Совершенствование техники ведение мяча с изменением направления и скорости. 2.Совершенствование техники броска в кольцо с близкого расстояния 2-мя руками от груди. 3. Развитие ловкости, быстроты, силы в подвижных играх с мячом.	текущий	Знать, что такое ведение мяча, бросок в кольцо с близкого расстояния, правила проведения игр« Мяч среднему», «Передал- сел»	**Коммуникативные:** добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по образу и заданному правилу. **Познавательные**: уметь выполнять ведение мяча, бросок в кольцо с близкого расстояния, играть в подвижные игры с мячом.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки		

59	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок в кольцо с близкого расстояния. Подвижные игры с мячом	Совершенствование изученного материала	Задачи: 1.Совершенствование техники ведение мяча с изменением направления и скорости. 2. Совершенствование техники броска в кольцо с близкого расстояния. 3. Развитие ловкости, быстроты, силы в подвижных играх с мячом.	текущий	Знать, что такое Бросок в кольцо с близкого расстояния, ведение мяча., правила игр « Охотники и утки» , «Раки»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча , бросок в кольцо с близкого расстояния, играть в подвижные игры « Охотники и утки»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
60	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок в кольцо с близкого расстояния. Подвижные игры с мячом	Закрепление	Задачи: 1. Закрепление техники ведение мяча с изменением направления и скорости. 2. Закрепление техники броска в кольцо с близкого расстояния. 3. Развитие ловкости, быстроты, силы в подвижных играх с мячом по желанию учеников.	текущий	Знать, что такое ведение мяча с изменением направления и скорости, бросок в кольцо с близкого расстояния, правила подвижных игр с мячом.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять ведение мяча. бросок в кольцо с близкого расстояния, играть подвижные игры в с мячом.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		

61	**Лыжная подготовка (12ч)** Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Подбор лыжного инвентаря. Совершенствование движение на лыжах ступающим и скользящим шагом по дистанции с переменной скоростью.	Изучение нового материала	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на лыжах; выполнять команды с лыжами в руках, в переноске лыж, надевании лыж; технически правильно выполнять движение на лыжах. выполняют движения на лыжах по кругу ступающим и скользящим шагом; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	текущий	Повторяют правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки: подбирают по размеру ботинки, лыжи и палки; организованно выходят с лыжами из помещения, учатся правильно укладывать лыжи на снег и их пристегивать подготовка лыж, переноска до лыжни, поведение на лыжне;	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять ОРУ , движения на лыжах по кругу ступающим и скользящим шагом	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
62	Совершенствование движение на лыжах ступающим и скользящим шагом по дистанции	Совершенствование	Совершенствование навыков ходьбы на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом. Игра «Перестрелка»	текущий	Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по дистанции	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять движение на лыжах ступающим и скользящим шагом по дистанции	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		

63	Попеременный двухшажный ход на лыжах с палками.	Совершенствование	Повторение попеременного двухшажного хода на лыжах с палками. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км. Игра «Прокатись через ворота»	текущий	Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по дистанции	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** Учатся технически правильно выполнять попеременный двухшажный ход, координировать работу рук и ног; учатся, как выполнять обгон на дистанции; передвигаться на лыжах соблюдая правила безопасности	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
64	Одновременный одношажный ход	закрепление	Повторение одновременного одношажного хода. Развитие выносливости в ходьбе по дистанции 1 км со средней скоростью. Игра «Подними предмет»	текущий	Закрепляют навык движения на лыжах одновременным одношажным ходом; развивают выносливость, закрепляют умение распределять силы на дистанции	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять движения на лыжах одновременным одношажным ходом	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		

65	Одновременный бесшажный ход	Совершенствование	Совершенствование одновременного бесшажного хода под уклон. Развитие выносливости в ходьбе по дистанции 1 км со средней скоростью	текущий	Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют одновременный бесшажный ход движение по дистанции	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** Учатся передвигаться по дистанции, одновременный бесшажный ход	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
66	Подъем способом «полуелочка, торможение «плугом»	Изучение нового материала.	Обучение подъему способом «полуелочка» ; закрепление подъема «елочкой», «лесенкой», спуска в высокой стойке, торможение «плугом» Прохождение дистанции 1.5 км в медленном темпе.	текущий	Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по дистанции	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** Учатся передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость и скоростно-силовые качества.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
67	Подъемы и спуски на лыжах разными способами.	Совершенствование	Совершенствование подъемов и спусков на лыжах разными способами. Прохождение дистанции 1.5 км. Игра «Кто дольше прокатится»	текущий	Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по дистанции	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		

68	Одновременный двухшажный ход.	Изучение нового материала	Разучивание одновременному двухшажному ходу. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 2 км.	текущий	Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по дистанции	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		
69	Повороты и торможения на лыжах Техника ступающего и скользящего шагов на лыжах	Совершенствование	Совершенствование поворотов и торможений на лыжах; навыков передвижения одновременными ходами. Игра «Затормози до цели»	текущий	Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по дистанции	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять технику ступающего и скользящего шагов на лыжах	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
70	Чередование лыжных ходов	Совершенствование	Совершенствование чередование лыжных ходов во время передвижения по дистанции. Игра «Охотники и олени»	текущий	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2.5км. в медленном темпе, применяя разные лыжные хода; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	**Коммуникативные:** формировать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. **Познавательные:** уметь выполнять передвижение по дистанции до 2.5км. в медленном темпе, чередование лыжных ходов	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

71	Попеременный двухшажный ход на лыжах с палками. Одновременный двухшажный ход.	Совершенствование	Совершенствование умения передвижения на лыжах с палками с чередованием ходов во время прохождения дистанции до 2км	текущий	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2.5км. в медленном темпе, применяя разные лыжные хода; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные** Учатся технически правильно выполнять лыжные хода в движении по дистанции; развивают выносливость в передвижении на лыжах на большое расстояние	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		
72	Передвижение на лыжах «змейкой».	Закрепление	Повторение передвижение на лыжах «змейкой». Прохождение дистанции до 2.5км.	текущий	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют и выполняют движение на лыжах передвигаются по дистанции 2.5км. в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять разминку, учатся координировать движения при передвижении на лыжах «змейкой»; передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
73	**Волейбол (пионербол)(15ч)**								

	Стойки игрока Ознакомить с разметкой волейбольной площадки. ТБ на уроке.	Изучение нового материала.	Задачи: 1. Обучение технике стойкам игрока. 2. Ознакомить с разметкой волейбольной площадки. 3. Развитие ловкости, силы, гибкости, общей выносливости .	текущий	Иметь представление, что такое волейбол, пионербол, стойки игрока . Ознакомить с разметкой волейбольной площадки. ТБ на уроке. Знать правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять стойки игрока, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
74	Стойки игрока Перемещение	Изучение нового материала Совершенствование	Задачи: 1. Обучение технике перемещений. 2. Совершенствование техники стоик игрока. 3. Развитие быстроты, прыгучести, координации, силы, выносливости .	текущий	Знать, как выполнять стойки игрока перемещение, правила подвижной игры «Забросай противника мячами»	**Коммуникативные:** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату. **Познавательные**: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
75	Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча(6ч.) Стойки и перемещения игрока.	Изучение нового материала.	Задачи: 1. Обучение технике передачи мяча2-мя руками сверху, ловля мяча. 2. Совершенствование техники перемещений в стойках игрока. 3. Развитие координации, скоростно-силовых качеств, гибкости, быстроты.	текущий	Знать, как выполнять передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, стойки и перемещения игрока. правила подвижной игры « Охотники и утки»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные**: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** уметь выполнять передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, стойки и перемещения игрока играть в подвижную игру « Охотники и утки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		

76	Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча. Перемещение	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование техники передачи мяча2-мя руками сверху, ловля мяча, техника перемещений. 2. Закрепление техники стоик игрока. 3. Развитие ловкости, прыгучести, силы, выносливости.	текущий	Знать, как выполнять передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча , стойки и перемещения игрока. правила подвижной игры « Вышибалы через сетку»	**Коммуникативные:** формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). **Регулятивные:** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату. **Познавательные**: уметь выполнять разминку в парах, передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, стойки и перемещения игрока играть в подвижную игру « Вышибалы через сетку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		
77	Прием 2-мя руками снизу(6ч.) Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча. Перемещение	Изучение нового материала.	Задачи: 1.Обучение техники приема мяча 2-мя руками снизу. 2. Совершенствование техники передачи мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, повторить технику перемещений. 3. Развитие ловкости, выносливости, быстроты.	текущий	Иметь представление о техники приема мяча 2-мя руками снизу и передачи мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, понимать правила подвижной игры « Ловишка с мячом»	**Коммуникативные:** слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. **Регулятивные**: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. **Познавательные:** уметь выполнять разминку в парах, передачу мяча 2-мя руками сверху, прием 2-мя руками снизу, перемещение игрока играть в подвижную игру « Ловишка с мячом»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

78	Прием 2-мя руками снизу. Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование техники передачи мяча2-мя руками сверху, ловля мяча. 2. Совершенствование техники приема мяча 2-мя руками снизу. 3. Развитие основных физических качеств.	текущий	Знать, как выполнять передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча , прием 2-мя руками снизу. правила подвижной игры « Охотник и зайцы»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, прием 2-мя руками снизу, играть в подвижную игру« Охотник и зайцы»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
79	Прием 2-мя руками снизу. Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование техники передачи мяча2-мя руками сверху, ловля мяча. 2. Совершенствование техники приема мяча 2-мя руками снизу. 3. Развитие координационных способностей.	текущий	Знать, как выполнять передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча , прием 2-мя руками снизу. правила подвижной игры « Собачки»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять передачу мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, прием 2-мя руками снизу, играть в подвижную игру «Собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		

80	Ознакомление с зонами на площадке. Прием 2-мя руками снизу. Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Ознакомление с зонами на площадке. 2. Совершенствование техники передачи мяча2-мя руками сверху и приема мяча 2-мя руками снизу, ловля мяча. 3. Развитие ловкости, прыгучести, быстроты.	текущий	Понимать, что такое зона на волейбольной площадке, знать технику приема мяча 2-мя руками снизу, ловля мяча, передачи мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча. правила подвижной игры « Осада города»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять прием 2-мя руками снизу. Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча. 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, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
81	Прием 2-мя руками снизу. Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1.Совершенствование техники приема мяча 2-мя руками снизу. 2. Закрепление техники передачи мяча2-мя руками сверху, ловля мяча. 3. Развитие координации, скоростно-силовых качеств, прыгучести.	текущий	Знать технику приема мяча 2-мя руками снизу, ловля мяча, передачи мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча., правила игры « Горячая линия»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять технику приема мяча 2-мя руками снизу, ловля мяча, передачи мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча. играть в подвижную игру« Горячая линия»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		

82	Прием 2-мя руками снизу. Передача мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча.	Закрепление.	Задачи: 1. Закрепление техники приема мяча 2-мя руками снизу. 2. Сдать зачет технику передачи мяча2-мя руками сверху, ловля мяча. 3. Развитие ловкости, скоростно-силовых качеств, гибкости, общей выносливости.	текущий	Знать технику приема мяча 2-мя руками снизу, ловля мяча, передачи мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча, правила игры « Салки с домиками»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять технику приема мяча 2-мя руками снизу, ловля мяча, передачи мяча 2-мя руками сверху, ловля мяча. играть в подвижную игру «Салки с домиками»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
83	Нижняя прямая подача. Учебная игра в пионербол, правила игры.	Изучение нового материала.	Задачи: 1. Обучение технике нижней прямой подаче. 2. Обучение учебной игре в пионербол, ознакомление с правилами игры. 3. Развитие ловкости, скоростно-силовых качеств, гибкости, общей выносливости.	текущий	Иметь представление о технике нижней прямой подаче. Понимать правила игры учебная игра в пионербол.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять технику нижней прямой подаче . играть в пионербол.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		

84	Нижняя прямая подача. Учебная игра в пионербол, переход по зонам.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование технике нижней прямой подаче. 2. Обучение учебной игре в пионербол, ознакомление переход по зонам. 3. Развитие ловкости, скоростно-силовых качеств, гибкости, общей выносливости.	текущий	Иметь представление о технике нижней прямой подаче, правила Учебная игра в пионербол, переход по зонам.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять технику нижней прямой подачи, играть в пионербол.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
85	Нижняя прямая подача. Учебная игра в пионербол.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование технике нижней прямой подаче. 2. Совершенствование учебной игры в пионербол. 3. Развитие ловкости, скоростно-силовых качеств, гибкости, общей выносливости.	текущий	Знать технику нижней прямой подаче мяча, правила игры в пионербол.	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять нижнюю прямую подачу, играть в пионербол.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		

86	Нижняя прямая подача. Учебная игра в пионербол.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1. Совершенствование техники нижней прямой подаче. 2. Совершенствование учебной игры в пионербол. 3. Развитие ловкости, скоростно-силовых качеств, гибкости, общей выносливости.	текущий	Знать технику нижней прямой подаче мяча, правила игры в пионербол	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять нижнюю прямую подачу, играть в пионербол.	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
87	Нижняя прямая подача. Учебная игра в пионербол.	Закрепление.	Задачи: 1. Закрепление техники нижней прямой подаче. 2. Закрепление учебной игры в пионербол. 3. Развитие ловкости, скоростно-силовых качеств, гибкости, общей выносливости	текущий	Знать технику нижней прямой подаче мяча, правила игры в пионербол	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять нижнюю прямую подачу, играть в пионербол	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		
88	**Раздел Лёгкая атлетика (15ч)**								

	Бег на 500м. Высокий старт		Задачи: 1.Обучение технике бега на 500м, общий старт. 2. Совершенствование подвижным играм: «самые быстрые», «самые ловкие», баскетболисты. 3. Развитие ловкости, общей выносливости.	текущий	Понимать что такое высокий Старт, Бег на 500м в среднем темпе. Правила игры « земля, вода, воздух» Организовывать здоровьесберегающую жизнидеятельность с помощью разминки в движении.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять Бег на 500м высокий старт, играть в игру « земля, вода, воздух»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
89	Бег на 500м. Высокий старт (4ч). Ведение мяча в футболе(4ч).	Изучение нового материала. Совершенствование изученного материала	Задачи: 1. Обучение технике ведение мяча в футболе. 2. Совершенствование техники бега на 500м, общий старт и подвижные игры: «самые быстрые», «самые ловкие», баскетболисты. 3. Развитие ловкости, общей выносливости.	текущий	Знать**,** что такое высокий Старт, Бег на 500м в среднем темпе. Понимать Ведение мяча в футболе, Правила игры « Ножной мяч в кругу»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять Бег на 500м. Высокий Старт, Ведение мяча в футболе « Ножной мяч в кругу»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
90	Бег на 500м. Высокий старт (4ч). Ведение мяча в футболе.	Совершенствование изученного материала	Задачи: 1.Совершенствование техники ведение мяча в футболе. 2. Совершенствование техники бега на 500м, общий старт и подвижные игры. 3. Развитие ловкости, силы, быстроты, гибкости, общей выносливости.	текущий	Знать**,** что такое высокий Старт, Бег на 500м в среднем темпе. Понимать Ведение мяча в футболе. Правила игры « Ножной мяч в кругу»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять Бег на 500м. Высокий Старт, Ведение мяча в футболе « Ножной мяч в кругу»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		

91	Бег на 500м. Высокий старт Удар по мячу, остановка мяча в футболе(4ч).	Изучение нового материала. Закрепление.	Задачи: 1.Обучение технике удара и остановки мяча в футболе. 2. Закрепление техники бега на 500м, общий старт и подвижные игры: «самые быстрые», «самые ловкие», баскетболисты. 3. Развитие основных физических качеств.	текущий	Знать**,** что такое высокий старт, Бег на 500м в среднем темпе. Понимать технику удара и остановки мяча в футболе, подвижные игры: «самые быстрые», «самые ловкие», баскетболисты.	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять бег на 500м в среднем темпе. Понимать технику удара и остановки мяча в футболе,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
92	Ведение мяча, удар по мячу, остановка мяча в футболе. Бег на 800м.	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1.Совершенствование техники ведение мяча, удара и остановки мяча в футболе. 2. Сдать зачет бег на 800м. 3. Развитие ловкости, общей выносливости.	текущий	Знать**,** что такое Ведение мяча, удар по мячу, остановка мяча в футболе. Бег на 800м. с учётом времени. Организовывать здоровьесберегающую жизнидеятельность с помощью разминки в движении.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять бег на 800м, ведение мяча, удар по мячу,остановка мяча в футболе.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
93	Метание малого мяча на дальность. Ведение мяча, удар по мячу, остановка мяча в футболе.	Изучение нового материала. Совершенствование изученного материала. Закрепление.	Задачи: 1.Обучение технике, метание мяча на дальность (мал. мяч). 2. Совершенствование техники удара и остановки мяча в футболе, закрепление технике ведения мяча. 3. Развитие ловкости, силы, гибкости.	текущий	Понимать технику метание мяча на дальность. Знать технику удара, остановки и ведения мяча в футболе. Правила игры « Вышибалы»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять технику метание мяча на дальность, технику удара, остановки и ведения мяча в футболе, играть в игру «Вышибалы».	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		

94	Метание малого мяча на дальность. Удар по мячу, остановка мяча в футболе.	Совершенствование изученного материала. Закрепление.	Задачи: 1.Совершенствование техники метание мяча на дальность (мал. мяч). 2. Закрепление техники удара и остановки мяча в футболе. 3. Развитие ловкости, силы, гибкости.	текущий	Понимать технику метание мяча на дальность Знать технику удара, остановки и ведения мяча в футболе. Правила игры в футбол.	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять технику метание мяча на дальность, технику удара, остановки и ведения мяча в футболе, играть в игру в футбол.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
95	Метание в цель малого мяча и на дальность. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1.Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» 2. Совершенствование техники метание в цель и на дальность малого мяча. 3. Развитие ловкости, прыгучести, быстроты, силы, гибкости.	текущий	Знать, как выполнять технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги, метание в цель малого мяча и на дальность правила игры « Точно в цель»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги, метание в цель малого мяча и на дальность, играть в подвижную игру « Точно в цель»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		
96	Метание в цель малого мяча и на дальность. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1.Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» 2. Повторение техники метание малого мяча в цель и на дальность. 3. Развитие ловкости, прыгучести, быстроты, силы, гибкости.		Знать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», метание малого мяча в цель и на дальность. Правила игры « Пятнашки»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги», метание малого мяча в цель и на дальность, играть в подвижную игру « Пятнашки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		

97	Прием и передача мяча в футболе. Метание малого мяча на дальность. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1.Тест метание малого мяча на дальность. 2. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», прием и передача мяча в футболе. 3. Развитие ловкости, прыгучести, быстроты, гибкости.	текущий	Понимать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», прием и передача мяча в футболе. Тест метание малого мяча на дальность, Правила игры « Бегуны и прыгуны»	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», прием и передача мяча в футболе, метание малого мяча на дальность, играть в подвижную игру « Бегуны и прыгуны»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
98	Прием и передача мяча в футболе. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Отжимание	Совершенствование изученного материала.	Задачи: 1.Тест сгибание и разгибание рук и.п. в упоре лежа, прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». 2. Совершенствование техники приема и передачи мяча в футболе. 3. Развитие ловкости, прыгучести, быстроты, гибкости.	текущий	Понимать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», передача мяча в футболе. Тест сгибание и разгибание рук и.п. в упоре лежа. Правила игры «Волшебные ёлочки»	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять Отжимание, технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги», передача мяча в футболе, играть в подвижную игру « Волшебные ёлочки»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни		
99	Бег на 1000м. Прием и передача мяча в футболе. Учебная игра в футбол.	Закрепление.	Задачи: 1.Тест бег на 1000м. 2. Закрепление техники приема и передачи мяча в футболе. 3. Развитие ловкости, силы, общей выносливости.	Бег на 1000м без учёта времени.	Знать, что такое бег по дистанции на 1000м. Прием и передача мяча в футболе. Правила игры Учебная игра в футбол.	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять Бег на 1000м, Прием и передача мяча в футболе. Учебная игра в футбол.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		

100	Бег до 6 минут. Учебная игра в футбол.	Повторение	Задачи: 1. Повторение технике бега до 6 минут. 2. Учебная игра в футбол. 3. Развитие ловкости, силы, общей выносливости.	текущий	Знать правила и Учебной игры в футбол. Бег до 6 минут. Организовывать здоровьесберега ющую жизнидеятель ность с помощью разминки в движении.	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять бег до 6 минут, играть в учебную игру в футбол.	Развитие этических чувств, доброжелатель-ности и эмоционально-нравственной отзывчи-вости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли-вости и свободе.		
101	Учебная игра в футбол. Прыжки через препятствия и с высоты.	Повторение	Задачи: 1. Повторение технике передач мяча в учебной игре в футболе. 2. Повторение техники прыжков вверх, с высоты и через препятствия. 3. Развитие ловкости, прыгучести, выносливости.	текущий	Знать правила и Учебной игры в футбол, прыжки через препятствия и с высоты. Организовывать здоровьесберега ющую жизнидеятель ность с помощью разминки в движении.	**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа-тивность). **Регулятивные:** формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять заданную цель. **Познавательные:** уметь выполнять прыжки через препятствия и с высоты, играть в учебную игру в футбол.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
102	Бег до 6 минут. Прыжки через препятствия и с высоты.	Повторение	Задачи: 1. Повторение технике бега до 6 минут. 2. Повторение техники прыжков вверх, с высоты и через препятствия. 3. Развитие ловкости, силы, общей выносливости.	текущий	Иметь представление о прыжках через препятствия и с высоты. Бег до 6 минут. Организовывать здоровьесберега ющую джизнидеятельно сть с помощью разминки в движении и подвижной игры «Флаг на башне	**Коммуникативные:** формировать навык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. **Регулятивные:** определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. **Познавательные:** уметь выполнять прыжки через препятствия и с высоты,, Бег до 6 минут, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав-ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы их спорных ситуаций		