

ПРИНЯТО:
На педагогическом совете
школы
Протокол № 1
от 31.08 2016 г.

СОГЛАСОВАНО
заместителем
директора по УВР

А. Шевчук

от «28» 06 20 16 г



МКОУ Среднеагинская СОШ

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
4 КЛАСС**

Составитель:
Шевчук Степан Владимирович

с. Средняя Агинка, 2016 – 2017 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к тематическому планированию по физической культуре

для учащихся 4 класса

Данная программа составлена на основе следующих документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (2009 года)
2. Школа России, Концепция и программы для нач. кл. Ш 67В 2ч Ч. 1/ М. А. Бантова, Г. В. Бельтюкова, С. И. Волкова и др. – 4 –е издание М.: Просвещение, 2014 г.
3. «Федеральная комплексная программа физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012.
4. Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2016/2017 учебный год.
5. Примерная программа по физической культуре
6. Учебный план МКОУ Среднеагинской СОШ на 2016-2017 учебный год
7. Годовая циклограмма деятельности школы на 2016-2017 учебный год.
8. УМК МКОУ Среднеагинской СОШ на 2016-2017 учебный год

Данная программа рассчитана на 102 часов, из расчета 3 часа в неделю.

Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию содержательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

Предметом обучения физической культуры в 4 классе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре для 4 класса

п/№	Вид программного материала	Кол-во часов	Кол-во контрольных работ
1	Знания о физической культуре	5	1
2	Легкая атлетика	23	12
3	Подвижные и спортивные игры	23	2
4	Гимнастика с элементами акробатики	30	9
5	Лыжная подготовка	21	1
6	Всего часов:	102	25

Содержание программы

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной).

Освоение базовых основ физической культуры необходимо для каждого ученика.

Базовый компонент составляет основу Государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей учащихся и местных особенностей работы школы.

Программа состоит из взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного, внеурочного направления, продленного дня; внеклассная работа и физкультурно-массовые мероприятия.

В базовую часть входят:

Естественные основы знаний.

Здоровье и физическое развитие ребенка. Основные формы движений. Работа органов дыхания.

Выполнение основных движений к предметам, с разной скоростью, на ограниченной площади опоры. Измерение роста, веса, положение в пространстве.

Социально-психологические основы.

Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня на укрепление здоровья.

Выполнение жизненно важных навыков и умений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание, перелезание) в игровой обстановке.

Контроль за выполнением физических упражнений и тестирования физических качеств.

Приемы закаливания: воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры.

В программе освоения учебного материала теоретические разделы сочетаются с практическими, основой которых является урок физкультуры, разделяющийся на 3 типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

Спортивно-оздоровительная деятельность проходит красной линией по следующим разделам:

Гимнастика с элементами акробатики

строй, строевые действия в шеренге, колонне; выполнение строевых команд), упражнения в лазании и перелезании, в равновесии, упражнения по заданию учителя.

Легкая атлетика: бег с высоким подниманием бедра, в медленном темпе, изменение темпа бега, дыхание в беге, техника бега и ходьбы, прыжки на одной, двух ногах, в длину и высоту, спрыгивание и запрыгивание, передача и ловля малого мяча, метание в вертикальную цель и на дальность, бросок большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Подвижные и спортивные игры. Многообразие двигательных действий оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей, в результате чего закладываются основы игровой деятельности, совершенствующие движения (ходьба, бег, прыжки, метание).

Общеразвивающие упражнения по базовым видам и внутри разделов.

В процессе овладения учебной деятельностью на занятиях физической культуры укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

Результаты освоения предмета «Физическая культура»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373) данная рабочая программа для 4 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

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

Метапредметные результаты

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

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Требования к уровню подготовки учащихся к концу 4-ого года обучения.

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- по разделу **«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;
- по разделу **«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 перекладине (вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот назад и вперед, 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;
- по разделу **«Легкая атлетика»** — пробегать 30 и 60 м на время, выполнять челночный бег, метать мешочек на дальность и мяч на точность, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, перешагиванием, спиной вперед, проходить полосу препятствий, бросать набивной мяч способами «из-за головы», «от груди», «снизу», правой и левой рукой, пробегать дистанцию 1000 м, передавать эстафетную палочку;
- по разделу **«Лыжная подготовка»** — передвигаться на лыжах скользящим и ступающим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным и одновременным одношажным ходом, «змейкой», выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, подъем на склон «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой», спуск со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», проходить дистанцию 2 км, играть в подвижные игры на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»;
- по разделу **«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», «Колдунчики», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Флаг набашне», «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 осторожен», «Игра в мяч с фигурами», «Салки и мяч», «Ловишка с мешочком на голове», «Катание колеса», «Марш с закрытыми глазами», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Командные хвостики», «Ножной мяч», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

Учащиеся к концу четвертого года обучения смогут демонстрировать следующий уровень физической подготовленности

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30

Учебный предмет «Физическая культура» тесно взаимосвязан со всеми предметами школьного курса. Практически вся тематика Физической культуры базируется на знаниях, получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках Физической культуры непременно используется межпредметная связь:

- обж - ЗОЖ, оказание первой медицинской помощи, обморожения, ожоги;
- география - туризм, выживание в природе;
- химия - процессы дыхания;
- физика - природные явления, ускорение, расстояние, масса, мощность, сила;
- история - история Олимпийских игр, история спорта;
- математика - расстояние, скорость;
- биология - режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;

Для учителя:

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2012.
2. Рабочая программа по физической культуре
3. Легкая атлетика. Степанченко И.А., Хоменков Л.С., Ягодин В.М. учебное пособие для начинающих. М. гос. Изд. «физкультура и спорт»

4. Легкая атлетика. Лутковский Е.М и Филиппова А.А. М. гос. Изд. «физкультура и спорт»

Для учеников:

5. Физическая культура. 1-4 класс: учеб.для общеобразовательных учреждений /М.Я Виленский, И.М. Туревский и др.; под ред. М.Я Виленского – М.: Просвещение, 2010. – 156 с.

№ урока	Дата		Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Д/З
	план	факт						Предметные УУД	Метапредметные УУД	Личностные УУД	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Знания о физической культуре											
1	01.09		Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Комбинированный	Здоровьесбережения. информационно-коммуникационные. коллективного выполнения задания	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Организационно-методические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	<i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, работать в группе. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. <i>Познавательные:</i> рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Легкая атлетика											

2	02.09		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный	Здоровьесбережения. самоанализа и коррекции действий. развития навыков самодиагностики	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	<p><i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p><i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
3	05.09		Техника челночного бега	Комбинированный	Здоровьесбережения. развивающего обучения. коллективного выполнения задания	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение подвижной игры «Колдунчики»	Разминка в движении, челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p><i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
4	08.09		Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный	Здоровьесбережения. самоанализа и коррекции действий. развития навыков самодиагностики	Повторение разминки в движении, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м, разучивание подвижной игры «Собачки ногами»	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x 10 м, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами» Тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в разные варианты подвижной игры «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	

5	09.09	Тестирование бега на 60 м с высокого старта	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание беговой разминки с мешочками, проведение тестирования бега на 60 м с высокого старта, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Беговая разминка с мешочками, тестирование бега на 60 м с высокого старта, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни
6	12.09	Тестирование метания мешочка на дальность	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение беговой разминки с мешочками, проведение тестирования метания мешочка на дальность, разучивание метания мешочка на дальность с разбега, повторение подвижной игры «Колдунчики»	Беговая разминка с мешочками, тестирование метания мешочка на дальность, метания мешочка с разбега, подвижная игра «Колдунчики»	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность, как выполнять метание мешочка с разбега, правила подвижной игры «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, метать мешочек на дальность с разбега, играть в подвижную игру «Колдунчики»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

Подвижные и спортивные игры

7	15.09		Техника паса в футболе	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникативные	Разучивание разминки в движении, освоение техники паса в футболе, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Разминка в движении, техника паса в футболе, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, какие варианты пасов можно применять в футболе, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные: уметь работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
---	-------	--	------------------------	-----------------	---	--	--	--	--	--

Знания о физической культуре

8	16.09		Спортивная игра «Футбол»	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникативные, развивающего обучения	Повторение разминки в движении, знакомство с историей футбола, совершенствовани е техники выполнения пасов, повторение спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении, история футбола, техника выполнения пасов, спортивная игра «Футбол»	Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
---	-------	--	--------------------------	-----------------	--	---	--	---	---	---

Легкая атлетика

9	21.09		Техника прыжка в длину с разбега	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с разбега и спортивной игры «Футбол»	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
---	-------	--	----------------------------------	-----------------	--	---	---	---	--	--

10	24.09		Прыжок в длину с разбега на результат	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки на месте, совершенствование техники прыжка в длину с разбега, проведение спортивной игры «Футбол»	Разминка на месте, прыжок в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	Знать технику прыжка в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
11	25.09		Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки в движении, проведение контрольных прыжков в длину с разбега, разучивание подвижной игры «Командные собачки»	Разминка в движении, контрольные прыжки в длину с разбега, подвижная игра «Командные собачки»	Знать, как выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, правила подвижной игры «Командные собачки»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять контрольный прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Командные собачки»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Подвижные и спортивные игры											
12	28.09		Контрольный урок по футболу	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки в движении, проведение контрольных футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по футболу, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: содействовать сверстникам в достижении цели, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

Легкая атлетика

13	29.09		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки с малыми мячами, проведение тестирования метания малого мяча на точность, повторение подвижной игры «Вышибалы»	Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы»	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
----	-------	--	--	-------------	--	---	---	--	---	--

Гимнастика с элементами акробатики

14	30.09		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки с малыми мячами, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Перестрелка»	Разминка с малыми мячами, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Перестрелка»	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям
----	-------	--	---	-------------	--	--	---	--	---	--

15	03.10		Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Проведение разминки, направленной на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, повторение подвижной игры «Перестрелка»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Перестрелка»	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
----	-------	--	---	-------------	--	--	--	--	--	--	--

Легкая атлетика

16	06.10		Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование прыжка в длину с места, подвижная и фа «Волк во рву»	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
----	-------	--	-------------------------------------	-------------	--	---	--	--	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

17	07.10		Тестирование подтягиваний и отжиманий	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки с гимнастическим и палками, проведение тестирования подтягиваний и отжиманий, повторение подвижной игры «Антивышибалы»	Разминка с гимнастическими палками, тестирование подтягиваний и отжиманий, подвижная игра «Антивышибалы»	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила подвижной игры «Антивышибалы»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в подвижную игру «Антивышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
18	10.10		Тестирование вися на время	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки с гимнастическим и палками, проведение тестирования вися на время и подвижной игры «Вышибалы»	Разминка с гимнастическими палками, тестирование вися на время, подвижная игра «Вышибалы»	Знать правила проведения тестирования вися на время, правила подвижной игры «Вышибалы»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Подвижные и спортивные игры											
19	13.10		Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровье - сбережения, развивающего обучения, проблемного обучения	Разучивание разминки с мячами, повторение техники бросков и ловли мяча в парах, разучивание подвижной игры «Защита стойки»	Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Защита стойки»	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила подвижной игры «Защита стойки»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: бросать и ловить мяч в парах, играть в подвижную игру «Защита стойки»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	

20	14.10		Броски мяча в парах на точность	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с мячами, разучивание бросков мяча в парах на точность, проведение подвижной игры «Защита стойки»	Разминка с мячами, броски мяча в парах на точность, подвижная игра «Защита стойки»	Знать, какие варианты бросков на точность существуют, правила подвижной игры «Защита стойки»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять броски мяча в парах на точность, играть в подвижную игру «Защита стойки»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
21	17.10		Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разучивание разминки с мячом в парах, проведение бросков и ловли мяча в парах на точность, разучивание подвижной игры «Капитаны»	Разминка с мячом в парах, броски и ловля мяча в парах на точность, подвижная игра «Капитаны»	Знать, как выполнять броски мяча в парах на точность, правила подвижной игры «Капитаны»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в парах на точность, играть в подвижную игру «Капитаны»</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
22	20.10		Броски и ловля мяча в парах у стены	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с мячами в парах, разучивание бросков и ловля мяча в парах у стены, повторение подвижной игры «Капитаны»	Разминка с мячами в парах, броски и ловля мяча в парах у стены, подвижная игра «Капитаны»	Знать, какие варианты бросков мяча в стену существуют и как ловить отскочивший от стены мяч, правила подвижной игры «Капитаны»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в стену различными способами, ловить отскочивший от стены мяч, играть в подвижную игру «Капитаны»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	

23	21.10		Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки с массажными мячами, повторение бросков и ловля мяча у стены в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча у стены в парах, подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски мяча в стену и как ловить мяч, отскочивший от стены, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять броски мяча в стену, ловить мяч, отскочивший от стены, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
24	24.10		Броски и ловля мяча	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения	Повторение разминки с массажными мячами, проведение бросков и ловли мяча и подвижной игры «Осада города»	Разминка с массажными мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города»	Знать, как бросать и ловить мяч, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
25	27.10		Упражнения с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки с мячом, повторение бросков и ловли мяча и подвижной игры «Штурм»	Разминка с мячом, броски и ловля мяча, подвижная игра «Штурм»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	

26	07.11		Ведение мяча	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально личностного обучения	Повторение разминки с мячом, различных вариантов ведения мяча и подвижной игры «Штурм», подведение итогов четверти	Разминка с мячом, варианты ведения мяча, подвижная игра «Штурм», итоги четверти	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, как подводить итоги четверти, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять ведение мяча различными способами, играть в подвижную игру «Штурм», подводить итоги четверти	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
27	10.11		Подвижные игры	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развития навыков общения и си-	Проведение беговой разминки и 2—3 игр, выбранных по желанию учеников.	Беговая разминка, подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры, правила их проведения,	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь выбирать подвижные игры и играть в них.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
Гимнастика с элементами акробатики											
28	11.11		Кувырок вперед	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с места и с трех шагов, повторение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах, кувырок вперед с места и с трех шагов, подвижная игра «Удочка»	Знать технику выполнения кувырка вперед с места и с трех шагов, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять кувырок вперед с места и с трех шагов, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	

29	14.11		Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения	Повторение разминки на матах, совершенствование техники кувырка вперед как с места, так и с разбега и через препятствие, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах, кувырок вперед с места, с разбега, через препятствие, подвижная игра «Удочка»	Знать, как выполнять кувырок вперед с места, с трех шагов, с разбега и через препятствие, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега, с трех шагов, с разбега и через препятствие, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
----	-------	--	--	-----------------	--	---	--	---	--	--	--

Знания о физической культуре

30	17.11		Зарядка	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, самоанализа и коррекций действий	Разучивание зарядки, совершенствование техники выполнения различных вариантов кувырка вперед, проведение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Зарядка, техника различных вариантов кувырка вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать, что такое зарядка, правила ее выполнения, какие варианты кувырков вперед бывают, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять различные варианты кувырков вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
----	-------	--	---------	-----------------	--	---	---	--	--	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

31	18.11		Кувырок назад	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуально - личностного обучения	Повторение зарядки и техники выполнения кувырка назад, совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Зарядка, кувырок назад, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать правила выполнения зарядки, технику выполнения кувырка назад и вперед, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь делать зарядку, выполнять кувырок назад и вперед, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
32	21.11		Круговая тренировка	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения	Повторение зарядки, проведение круговой тренировки и игрового упражнения на внимание	Зарядка, круговая тренировка, игровое упражнение на внимание	Знать, как выполнять зарядку, какие станции круговой тренировки существуют, правила выполнения игрового упражнения на внимание	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь делать зарядку, проходить станции круговой тренировки, выполнять игровое упражнение на внимание	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
33	24.11		Стойка на голове и руках	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Проведение зарядки с помощью учеников, повторение техники выполнения стойки на голове и руках, проведение подвижной игры «Парашютисты»	Зарядка, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»	Знать, как проводится зарядка, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять зарядку, стойку на руках и голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знания о физической культуре											

34	25.11		Гимнастика, ее история и значение в жизни человека	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, проблемного обучения	Знакомство с гимнастикой, ее историей и значением в жизни человека, проведение зарядки с гимнастическими палками с помощью учеников, совершенствование техники выполнения стойки на голове и руках, повторение подвижной игры «Парашютисты»	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека, зарядка с гимнастическими палками, стойка на голове и руках, подвижная игра «Парашютисты»	Знать историю гимнастики, ее значение в жизни человека, правила составления зарядки с гимнастическими палками, технику выполнения стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	<p>Коммуникативные:добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные:уметь рассказать об истории гимнастики, выполнять зарядку, стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
Гимнастика с элементами акробатики												
35	28.11		Гимнастические упражнения	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, проблемного обучения	Разучивание разминки на гимнастических матах с мячом, совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений, проведение игрового упражнения на внимание	Разминка на гимнастических матах с мячом, гимнастические упражнения, игровое упражнение на внимание	Знать, какие гимнастические упражнения существуют, технику их выполнения, какие игровые упражнения на внимание бывают	<p>Коммуникативные:устанавливать рабочие отношения, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные:выполнять гимнастические упражнения и игровое упражнение на внимание</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		

36	01.12		Висы	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки на матах с мячом, выполнение различных вариантов висов, проведение подвижной игры «Ловля обезьян»	Разминка на матах с мячом, висы, подвижная игра «Ловля обезьян»	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, правила подвижной игры «Ловля обезьян»	<p>Коммуникативные:добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные:выполнять различные варианты висов, играть в подвижную игру «Ловля обезьян»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
37	02.12		Лазанье по гимнастической стенке и висы	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки с гимнастическим и палками, повторение техники лазанья по гимнастической стенке, совершенствование техники вися на одном и двумя ногами, проведение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	Разминка с гимнастическими палками, лазанье по гимнастической стенке, вис с одним и двумя ногами подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	Знать, как лазать по гимнастической стенке, технику выполнения вися на одном и двумя ногами, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<p>Коммуникативные:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные:определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные:лазание по гимнастической стенке, висеть с одним и двумя ногами, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
38	05.12		Круговая тренировка	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развития исследовательских навыков	Повторение разминки с гимнастическим и палками, проведение круговой тренировки и подвижной игры «Удочка»	Разминка с гимнастическими палками, круговая тренировка, подвижная игра «Удочка»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные:представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные:адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные:проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

39	08.12		Прыжки в скакалку	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуальноличностного обучения	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжков в скакалку, проведение подвижной игры «Горячая линия»	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки со скакалкой и в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
40	09.12		Прыжки в скакалку в тройках	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки со скакалками и прыжков в скакалку в тройках, проведение подвижной игры «Горячая линия»	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия»	Знать технику выполнения прыжков в скакалку самостоятельно и в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уметь работать в группе.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку самостоятельно и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
41	12.12		Лазанье по канату в два приема	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, индивидуально личностного обучения	Разучивание разминки со скакалками, лазанья по канату в два приема, повторение лазанья по канату в три приема и прыжков в скакалку в тройках, проведение подвижной игры «Будь осторожен»	Разминка со скакалками, лазанье по канату в два и три приема, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Будь осторожен»	Знать технику лазанья по канату в два и три приема, прыжков в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: залезать по канату в два и три приема, прыгать в скакалку в тройках, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	

42	15.12		Круговая тренировка	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, проблемного обучения	Повторение разминки со скакалкой, проведение круговой тренировки. Разучивание подвижной игры «Игра в мяч с фигурами»	Разминка со скакалкой, круговая тренировка, подвижная игра «Игра в мяч с фигурами»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Игра в мяч с фигурами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Игра в мяч с фигурами»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
43	16.12		Упражнения на гимнастическом бревне	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения	Разучивание разминки на гимнастических скамейках, проведение упражнений на гимнастическом бревне, разучивание подвижной игры «Салки и мяч»	Разминка на гимнастических скамейках, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч»	Знать, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
44	19.12		Упражнения на перекладине	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки на скамейках, упражнений на перекладине и на гимнастическом бревне и подвижной игры «Салки и мяч»	Разминка на скамейках, упражнения на перекладине, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Салки и мяч»	Знать комбинацию на перекладине, какие упражнения на гимнастическом бревне существуют, правила подвижной игры «Салки и мяч»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: выполнять упражнения на перекладине и гимнастическом бревне, играть в подвижную игру «Салки и мяч»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	

45	22.12		Махи на перекладине	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики	Разучивание разминки с набивными мячами, махов на перекладине, повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Разминка с набивными мячами, махи на перекладине кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как выполнять махи на перекладине, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять махи перекладине, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
46	23.12		Круговая греппировка	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки с набивными мячами, махов на перекладине, проведение лазанья по наклонной гимнастической скамейке и круговой тренировки, повторение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Разминка с набивными мячами, махи на перекладине лазанье по наклонной гимнастической скамейке, круговая тренировка, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»	Знать, как выполнять махи перекладине, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять махи на перекладине, лазать по наклонной гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
47	26.12		Вращение обруча	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки с обручами, повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Катание колеса»	Разминка с обручами, варианты вращения обруча, подвижная игра «Катание колеса»	Знать, какие варианты вращения обруча существуют, правила подвижной игры «Катание колеса»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять различные варианты вращения обруча, играть в подвижную игру «Катание колеса»	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	

48	29.12		Круговая тренировка	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с обручами, стойки на голове и руках, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Катание колеса»	Разминка с обручами, стойка на голове, стойка на руках, круговая тренировка, подвижная игра «Катание колеса»	Знать технику выполнения стойки на голове и руках, какие станции круговой тренировки бывают, правила подвижной игры «Катание колеса»	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу. Регулятивные: сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Катание колеса»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
----	-------	--	----------------------------	--	---	--	--	--	---	--	--

Лыжная подготовка

49			Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, коллективного выполнения задания	Повторение организационно-методических требований, применяемых на уроках лыжной подготовки, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без лыжных палок	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и инвентарь, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Знать организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом без лыжных палок	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию. Познавательные: уметь подбирать лыжную форму и инвентарь, передвигаться на лыжах без лыжных палок ступающим и скользящим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
50			Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Комбинированный	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества	Повторение техники передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, а также поворотов переступанием	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, повороты на лыжах переступанием	Знать технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, технику поворота переступанием на лыжах	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, поворачиваться на лыжах переступанием	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	

51			Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, повторение поворотов на лыжах прыжком	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, повороты на лыжах прыжком	Знать технику выполнения попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, а также поворотов на лыжах прыжком	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком, передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
52			Попеременный одношажный ход на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правил обгона на лыжне	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
53			Попеременный одношажный ход на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Повторение попеременного и одновременного двухшажного хода на лыжах, разучивание попеременного одношажного хода на лыжах, повторение правил обгона на лыжне	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, попеременный одношажный ход на лыжах, правила обгона на лыжне	Знать различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах различными ходами, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	

54			Одновременный одношажный ход на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Повторение ранее изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне	Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
55			Одновременный одношажный ход на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, развивающего обучения	Повторение ранее изученных лыжных ходов, разучивание одновременного одношажного хода, повторение техники обгона на лыжне	Лыжные ходы, одновременный одношажный ход на лыжах, обгон на лыжне	Знать технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне	Коммуникативные: обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, обгонять на лыжной трассе	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	

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

58			Подъем на склон «лесенкой», торможение «пługом» на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение лыжных ходов, подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «пługом»	Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «пługом»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
59			Подъем на склон «лесенкой», торможение «пługом» на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение лыжных ходов, подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «пługом»	Лыжные ходы, подъем на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой», спуск со склона в основной стойке, торможение «пługом»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60			Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, коллективного выполнения задания	Повторение лыжных ходов, различных вариантов подъема на склон, торможения «пługом», проведение передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «пługом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

61			Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, коллективного выполнения задания	Повторение лыжных ходов, различных вариантов подъема на склон, торможения «плугом», проведение передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
62			Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, коллективного	Повторение лыжных ходов, различных вариантов подъема на склон, торможения «плугом», проведение передвижения и спуска со склона на лыжах «змейкой»	Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона, торможение «плугом», спуск со склона на лыжах «змейкой»	Знать, как передвигаться на лыжах «змейкой», как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: передвигаться на лыжах «змейкой», спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
63			Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения и спуска на лыжах «змейкой», проведение подвижной игры на лыжах «Накаты»	Передвижение на лыжах, передвижение «змейкой», спуск со склона «змейкой», подвижная игра «Накаты»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

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

67			Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Повторение техники спуска в низкой стойке, подвижной игры на лыжах «Накаты», разучивание подвижной игры на лыжах «Подними предмет»	Спуск со склона в низкой стойке, подвижная игра на лыжах «Накаты», подвижная игра на лыжах «Подними предмет»	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» и «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
68			Прохождение дистанции 2 км на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, проблемного обучения	Проведение прохождения дистанции 2 км на лыжах, катания со склона в низкой стойке и свободного катания	Прохождение дистанции 2 км, катание со склона в низкой стойке, свободное катание	Знать технику спуска со склона в низкой стойке, правила подвижных игр на лыжах «Накаты» и «Подними предмет»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться со склона в низкой стойке, играть в подвижные игры «Накаты» «Подними предмет»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной
69			Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий,	Повторение ранее изученных лыжных ходов, техники передвижения на лыжах «змейкой»,	Лыжные ходы, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой»,	Знать, как передвигаться на лыжах различными	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости

Легкая атлетика

70			Полоса препятствий	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков	Разучивание разминки в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка в движении, прохождение полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
71			Усложненная полоса препятствий	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков	Повторение разминки в движении, проведение прохождения усложненной полосы препятствий, подготовка к опорному прыжку, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подготовка к опорному прыжку, подвижная игра «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, подготовительные упражнения для опорного прыжка, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности. Познавательные: преодолевать усложненную полосу препятствий, выполнять упражнения, подготавливающие к опорному прыжку, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
72			Прыжок в высоту с прямого разбега	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

73			Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Комбинированный	Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения	Повторение разминки с гимнастическим и скамейками и прыжка в высоту с прямого разбега, проведение прыжков в высоту способом «перешагивание», разучивание подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»	Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
----	--	--	---	-----------------	---	---	---	---	--	--	--

Знания о физической культуре

74			Физкультминутка	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, самонализа и коррекции действий	Знакомство с физкультминутками, разучивание разминки с включенными упражнениями из физкультминутки, повторение прыжка в высоту способом «перешагивание» и подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Физкультминутка, разминка с включением упражнений из физкультминутки, прыжок в высоту способом «перешагивание», подвижная игра «Вышибалы с ранением»	Знать, что такое физкультминутки, технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание», правила подвижной игры «Вышибалы с ранением»	Коммуникативные: владеть монологической и диалектической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять физкультминутку, прыгать в высоту способом «перешагивание», играть в подвижную игру «Вышибалы с ранением»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям	
----	--	--	------------------------	-----------------	---	--	--	---	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

75			Опорный прыжок на горку матов	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные навыки	Повторение разминки с включенными упражнениями из физкульт-минутки, повторение прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование прыжка в высоту способом «перешагивание», знакомство с опорным прыжком, проведение подвижной игры «Чехорда»	Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту способом «перешагивание», прыжок в высоту спиной вперед, опорный прыжок, подвижная игра «Чехорда»	Знать технику выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» и спиной вперед, опорного прыжка, правила подвижной игры «Чехорда»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание», спиной вперед, опорный прыжок, играть в подвижную игру «Чехорда»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
76			Опорный прыжок на «коня»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки с включенными упражнениями из физкульт-минутки, повторение техники опорного прыжка и подвижной игры «Чехорда»	Разминки с включенными упражнениями из физкульт-минутки, опорный прыжок, подвижная игра «Чехорда» ИТОГИ ЧЕТВЕРТИ	Знать технику выполнения опорного прыжка, правила подвижной игры «Чехорда»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять опорный прыжок, играть в подвижную игру «Чехорда»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
77			Контрольный урок по опорному прыжку	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, проблемного обучения	Повторение разминки с включенными упражнениями из физкульт-минутки, совершенствование техники опорного прыжка, проведение подвижной игры по желанию учеников	Разминка с включенными упражнениями из физкульт-минутки, опорный прыжок, подвижная игра	Знать технику выполнения прыжка, правила выбранной подвижной игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Познавательные: выполнять опорный прыжок, находить ошибки в его выполнении, выбирать подвижную игру и играть в нее	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

Подвижные и спортивные игры

78			Броски мяча через волейбольную сетку	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, индивидуального личностного обучения	Разучивание разминки с мячом, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Разминка с мячом, бросок мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Знать технику выполнения броска мяча через волейбольную сетку, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты	
79			Подвижная игра «Пионербол»	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Повторение разминки с мячом, совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку и ловли мяча, повторение подвижной игры «Пионербол»	Разминка с мячом, броски мяча через волейбольную сетку и ловля мяча, подвижная игра «Пионербол»	Знать технику выполнения бросков мяча через сетку, варианты ловли мяча, правила	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку и ловить его, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
80			Упражнения с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки с мячом и упражнений с мячами в парах, повторение подвижной игры «Пионербол»	Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол»	Знать различные варианты волейбольных упражнений в парах, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: выполнять упражнения с мячами в парах, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

81			Волейбольные упражнения	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с мячом, проведение волейбольных упражнений и подвижной игры «Пионербол»	Разминка с мячом, волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
82			Контрольный урок по волейболу	Контрольный	Здоровьесбережения, самонализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки с мячом в движении, контрольная проверка умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»	Разминка с мячом в движении, умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какие волейбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

Легкая атлетика

83			Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику выполнения броска набивного мяча способами «от груди», «снизу», «из-за головы», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди», «снизу», «из-за головы», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
----	--	--	---	-----------------	--	--	---	---	---	--	--

84			Броски набивного мяча правой и левой рукой	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуального обучения	Повторение разминки с набивным мячом, техники броска набивного мяча правой и левой рукой, проведение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, бросок набивного мяча правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»	Знать технику выполнения броска набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать набивной мяч правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
----	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

85			Тестирование вися на время	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования вися на время, повторение подвижной игры «Борьба за мяч»	Разминка с гимнастическими палками, тестирование вися на время, подвижная игра «Борьба за мяч»	Знать правила проведения тестирования вися на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
86			Тестирование наклона из положения стоя	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки с гимнастическими палками и правил спортивной игры «Гандбол», проведение тестирования наклона из положения стоя	Разминка с гимнастическими палками, спортивная игра «Гандбол», тестирование наклона из положения стоя	Знать правила проведения тестирования наклона вперед из положения стоя, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	

Легкая атлетика

87			Тестирование прыжка в длину	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, тестирования по прыжкам в длину с места и спортивной игры «Гандбол»	Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
----	--	--	-----------------------------	-------------	--	--	--	---	--	--

Гимнастика с элементами акробатики

88			Тестирование подтягиваний и отжиманий	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, проведение подтягиваний и отжиманий и спортивной игры «Гандбол»	Разминка, направленная на развитие координации подтягиваний и отжиманий, спортивная игра «Гандбол»	Знать правила проведения тестирования подтягиваний и отжиманий, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягиваний и отжиманий, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
----	--	--	---------------------------------------	-------------	--	--	--	---	--	--

89			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, повторение спортивной игры «Баскетбол»	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Баскетбол»	Знать правила проведения тестирования подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
----	--	--	---	-------------	--	--	---	--	--	--

Подвижные и спортивные игры

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

Легкая атлетика

91			Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки с мячом, проведение тестирования метания малого мяча на точность и спортивной игры «Баскетбол»	Разминка с мячом, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол»	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
----	--	--	---	-------------	--	--	---	--	---	--

Подвижные и спортивные игры

92			Спортивная игра «Баскетбол»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки с мячом в движении, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольное кольцо, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»	Знать технику выполнения бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
----	--	--	------------------------------------	-----------------	---	--	--	---	--	---

Легкая атлетика

93			Беговые упражнения	Комбинированный	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, проблемного обучения	Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений и подвижной игры «Командные хвостики»	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижная игра «Командные хвостики»	Знать технику выполнения беговых упражнений, правила подвижной игры «Командные хвостики»	<p>Коммуникативные:эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слушать друг друга.</p> <p>Регулятивные:самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p>Познавательные:выполнять беговые упражнения, играть в подвижную игру «Командные хвостики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
94			Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, разучивание подвижной игры «Ножной мяч»	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Ножной мяч»	Знать правила проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Ножной мяч»	<p>Коммуникативные:добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные:адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные:проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Ножной мяч»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
95			Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м с высокого старта, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p>Коммуникативные:с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные:адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные:проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни

96			Тестирование метания мешочка на дальность	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мешочка на дальность и подвижной игры «Флаг на башне»	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Флаг на башне»	Знать правила проведения тестирования метания мешочка на дальность; правила подвижной игры «Флаг на башне»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Флаг на башне»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
----	--	--	---	-------------	--	--	---	--	--	--

Подвижные и спортивные игры

97			Футбольные упражнения	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, развивающего обучения	Разучивание разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол»	Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях
98			Спортивная игра «Футбол»	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции	Повторение разминки с мячами, проведение футбольных упражнений и спортивной игры «Футбол»	Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «футбол»	Знать, какие варианты футбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

Легкая атлетика

99			Бег на 1000 м	Контрольный	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, самодиагностики результатов	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол»	Знать правила проведения тестирования бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
----	--	--	---------------	-------------	---	---	--	--	---	--	--

Подвижные и спортивные игры

100			Спортивные игры	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития навыков общения и систематизации знаний, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки в движении, проведение 2-3 спортивных игр по желанию учеников и эстафеты с передачей эстафетной палочки	Разминка в движении, спортивные игры, эстафета с передачей эстафетной палочки	Знать технику передачи эстафетной палочки, правила выбранных спортивных игр	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: передавать эстафетную палочку во время эстафеты, играть в спортивные игры	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
-----	--	--	-----------------	-----------------	---	--	---	---	--	--	--

101			Подвижные и спортивные игры	Урок повторения и закрепления изученного материала	Здоровьесбережения, развития навыков общения и систематизации знаний, педагогики сотрудничества	Проведение разминки в движении, спортивных и подвижных игр, выбранных учениками, подведение итогов четверти и года	Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
102			Подвижные и спортивные игры	Урок повторения и закрепления	Здоровьесбережения, развития навыков общения и систематизации знаний, педагогики сотрудничества	Проведение разминки в движении, спортивных и подвижных игр, выбранных учениками, подведение итогов четверти и года	Разминка в движении, спортивные и подвижные игры, подведение итогов четверти и года	Знать, как выбирать подвижные и спортивные игры, правила выбранных игр, как подводить итоги года	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	