



**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 76» Свердловского района г. Красноярска**

660079, г. Красноярск, ул. 60 лет
Октября, 96, тел.: 217-99-27
e-mail: krschool_76@mail.ru

Согласовано на заседании
методического совета МАОУ СШ №76
Протокол №1
от «27 » августа 2021 г.

Утверждено приказом
№ 01-04-403 от « 30 » августа 2021г.
Директор _____ О.Н.Гурина

**Рабочая программа
учебного предмета
физическая культура**

1- 4 классы

Разработана группой учителей
физической культуры

Красноярск, 2021 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, основана на программе предметной линии учебников В.И. Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы» (М.: Просвещение) 2019г..

Общая характеристика предмета

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

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в общеобразовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных общеобразовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

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

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

Задачи обучения:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- обучение методике движений;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических 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 определенным видам двигательной активности и влияния 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 (представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

Общая характеристика курса

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

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требований к результатам освоения образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программы начального общего образования;
- приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.
- На основании положения о рабочей программе МАОУ СШ №76

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Программа по учебному предмету «Физическая культура» в начальной школе отвечает главным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира.

Материал программы направлен на реализацию приоритетных задач образования — формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их

физическое совершенствование, а также развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств — гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и выносливости. Учебный материал позволяет сформировать у школьников научно обоснованное отношение к

окружающему миру, с опорой на предметные, мета предметные результаты и личностные требования.

Место учебного предмета в учебном плане

На курс «Физическая культура» в 1 классе отводится 99 часов, по 3 часа в неделю. Со 2 по 4 класс отводится 102 часа, по 3 часа в неделю. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Требования изучения учебного предмета

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 2009 г. №373) данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, мета предметных 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 иному мнению, истории и 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

Мета предметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 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 слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета
- овладение базовыми предметными и меж предметными 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).

Содержание учебного курса

- **Знания о физической культуре**
- ***Физическая культура***
- Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.
- ***Из истории физической культуры.***
- История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.
- ***Физические упражнения.***

- Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.
- Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

- ***Самостоятельные занятия.***

Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

- ***Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.*** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.
- ***Самостоятельные игры и развлечения.***

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

- ***Физкультурно-оздоровительная деятельность.***

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

- ***Спортивно-оздоровительная деятельность.***

Гимнастика с основами акробатики

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения: группировка; перекувырки в группировке; прыжки со скакалкой.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; лазание по наклонной скамейке, лазание по гимнастической стенке.

- ***Легкая атлетика***

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

Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприсяде. Сочетание различных видов ходьбы.

Бег с ускорением от 10 до 15 м., на 30м, челночный бег 3*5, 3*10.

Метание малого мяча с места на длительность, на расстояние, в цель с 4-5м. Метание набивного мяча.

- ***Лыжные гонки***

Передвижения на лыжах: ступающий и скользящий шаг, подъёмы и спуски с небольших склонов, торможение, передвижение на лыжах до 1 км.

Повороты переступанием.

- ***Подвижные игры***

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Белые медведи», «Третий – лишний».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Два мороза», «Пятнашки», «Точный расчёт», «Кто дальше бросит».

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

На материале спортивных игр:

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении по прямой, ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Передал – садись», «Гонка мячей по кругу».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств:

- ***На материале гимнастики с основами акробатики***

- *Развитие гибкости*: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полуприсяды на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

- *Развитие координации:* произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке.
- *Формирование осанки:* ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль
- ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления
- мышечного корсета.
- *Развитие силовых способностей:* динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг), перелезание и перепрыгивание через препятствия; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку;
- ***На материале легкой атлетики***
- *Развитие координации:* бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте.
- *Развитие быстроты:* повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.
- *Развитие выносливости:* равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на
- дистанцию до 400 м; равномерный 3 - минутный бег.
- *Развитие силовых способностей:* повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в
- горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на

- разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.
- **На материале лыжных гонок**
- *Развитие координации:* перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двухтрех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах;
- *Развитие выносливости:* передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

Нормы Сан Пин по проведению занятий физической культурой, в зависимости от температуры и скорости ветра на открытом воздухе в зимний период.

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек	при скорости ветра 6 - 10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
Северная часть Российской Федерации (Красноярский край, Омская область и др.)	до 12 лет	- 10 - 11°C	-6 - 7°C	-3 - 4°C	Занятия не проводятся
	12 - 13 лет	- 12°C	-8°C	-5°C	
	14 - 15 лет	-15°C	-12°C	-8°C	
	16 - 17 лет	-16°C	-15°C	- 10°C	

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Библиотечный фонд:

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебным предметам («Физическая культура. 1-4 классы»);
- рабочие программы по физической культуре;

- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

2. Демонстрационные материалы:

№ п/п	Наименование материалов	
1	Таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности	ЕСТЬ
2	Плакаты методические	НЕТ
3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	НЕТ

3. Технические средства:

№ п/п	Наименование ТСО	
1	Телевизор с универсальной приставкой	НЕТ
2	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	НЕТ
3	Мегафон	НЕТ
4	Экран (на штативе)	НЕТ
5	Цифровая видеокамера	НЕТ

4. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

№ п/п	Наименование оборудования	
1	Стенка гимнастическая	ЕСТЬ
2	Бревно гимнастическое напольное	ЕСТЬ
3	Скамейки гимнастические	ЕСТЬ
4	Перекладина гимнастическая	ЕСТЬ
5	Канат для лазания	ЕСТЬ
6	Комплект навесного оборудования (мишени, перекладина)	НЕТ
7	Маты гимнастические	ЕСТЬ
8	Мячи набивные (1 кг)	ЕСТЬ
9	Мячи массажные	НЕТ
10	Скакалки гимнастические	ЕСТЬ
11	Мячи малые (резиновые, теннисные)	НЕТ
12	Обручи гимнастические	ЕСТЬ
13	Палки гимнастические	ЕСТЬ
14	Кольца пластмассовые разного размера	НЕТ
15	Резиновые кольца	НЕТ
16	Планка для прыжков в высоту	ЕСТЬ
17	Стойки для прыжков в высоту	ЕСТЬ
18	Рулетка измерительная	ЕСТЬ
19	Щиты с баскетбольными кольцами	ЕСТЬ
20	Большие мячи резиновые (баскетбольные)	НЕТ
21	Стойки волейбольные	ЕСТЬ
22	Сетка волейбольная	ЕСТЬ
23	Мячи средние резиновые	НЕТ

24	Гимнастические кольца	НЕТ
25	Аптечка медицинская	ЕСТЬ

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными. *Качественные критерии успеваемости* характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

I. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За непонимание и незнание материала программы

II. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

III. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

IV. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий, дает основание учителю для выставления высокой оценки.)

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике - путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Обучающиеся традиционно работают по пятибалльной системе оценивания.

Формы контроля:

1. Сдача нормативов физической подготовленности (Арм) тесты дважды в год.
2. Контрольный показ освоенных технических элементов базовых видов спорта.
3. Опрос по разделу основы знаний о физической культуре.

Методика выполнения тестовых заданий по ОФП.

1. Бег на 30 м.

Проводится на беговой дорожке (положение старта – произвольно) или ровной местности, на земляном или асфальтовом покрытии.

Фиксируется время старта и финиша с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

2. Бег на 500 и 1000 м.

Выполняется с высокого старта на беговой дорожке или ровной местности, на земляном или асфальтовом покрытии.

Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

3. Подъём туловища в сед.

Исходное положение: лёжа на спине, руки за голову, пальцы «в замок», локти разведены, ноги согнуты в коленях под углом 90°, ступни закреплены.

Энергично поднять туловище до перпендикулярного положения и касания локтями коленей. Вернуться в и.п. до касания пола лопатками, локтями и затылком.

Фиксируется количество выполненных упражнений в одной попытке за 30 секунд.

4. Прыжок в длину с места.

Исходное положение: ноги расставлены («узкая дорожка»), ступни параллельны, руки вперёд на уровне плеч.

Выполняется одновременным отталкиванием двумя ногами от стартовой линии с махом рук вперёд – вверх (одновременно).

Длина прыжка с трёх попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до пятки стоящей сзади ноги.

5. Челночный бег 3*10м.

Бег осуществляется трёхкратно между предметами, установленными на расстоянии 10м. друг от друга.

Фиксируется время старта и финиша с помощью секундомера.

6. Наклоны туловища вперёд.

Исходное положение: сидя, ноги («узкая дорожка», носки не оттягивать), спина, руки вверх прямые.

Выполняются три наклона вперёд с постепенно увеличивающейся амплитудой, на четвёртый – фиксируется результат, удерживаемый в этом положении в течение 3 секунд.

Результат определяется путём замера линейкой с точностью до 1 см положения рук относительно опоры кончиков пальцев рук.

7. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимание).

Исходное положение: упор лёжа, голова, туловище и ноги составляют прямую линию.

Сгибание рук выполняется до касания грудью пола или предмета высотой не более 3 см, не нарушая прямой линии тела; разгибание производится до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии «голова – туловище – ноги».

Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе.

8. Подтягивание на перекладине (юноши)

Исходное положение: вис на перекладине, руки прямые хватом сверху (участник с помощью судьи принимает и.п.). Самостоятельно остановить раскачивание и зафиксировать на 0,5 сек. видимое для судьи положение вися.

Подтягивание выполнено правильно, если руки сгибаются непрерывным движением, подбородок выше перекладины. Далее – руки разгибаются полностью, ноги не сгибаются в коленных суставах, движения выполняются без рывков и махов.

Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунды.

Измеряется количество раз.

в. Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Итоговая отметка по физической культуре у учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкость их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях

тематический план учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся на основе ФГОС НОО 1 класс

№ п/п	Тема урока	Элементы содержания	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Контроль	Дата	
			предметные результаты	универсальные учебные действия (УУД)	личностные результаты		план	факт
Лёгкая атлетика – 12 часов								
1	Инструктаж по ТБ Ходьба. Подвижная игра.	Инструктаж по ТБ. Ходьба с изменениями длины и частоты шага, ходьба через препятствия, через несколько препятствий; Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростных качеств.	Знает правила ТБ. Умеет: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м)	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова- ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

2	Ходьба разными способами. Эстафеты	Ходьба с изменениями длины и частоты шага, ходьба через препятствия, через несколько препятствий; Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м). Эстафеты. Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств.	Знает понятие «короткая дистанция». Умеет: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м)	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование -выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные -использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
3	Урок игра. Спринтерский бег с высокого старта.	Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м, 60 м). Эстафеты. Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция».	Умеет :правильно выполнять основные движения в беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м, до 60 м)	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование -выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные -использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

4	Спринтерский бег с низкого старта. Подвижная игра.	Понятие «короткая дистанция». Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м.) Подвижные игры «Гуси-лебеди», «Пустое место».	Умеет : правильно выполнять основные движения в беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м, до 60 м)	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование -выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные -использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
5	Спринтерский бег с низкого старта (30м).	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег (30 м). ОРУ. Ходьба высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие скоростных качеств.	Умеет : правильно выполнять основные движения в беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование -выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные -использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

6	Челночный бег 3*10. Урок эстафета.	Челночный бег 3*10. Эстафеты. Подвижные игры «два мороза», «Заяц и Волк»	Умеет: Бегать челночным бегом	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с эталоном Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Коммуникативные: задавать вопросы; обращаться за помощью	Смыслообразование — самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности	Текущий		
7	Прыжок с высоты 60см. Подвижная игра.	Прыжки на одной ноге, на двух, на месте. Прыжки с продвижением вперед, прыжки в длину с места, прыжки с высоты 20см. Подвижная игра «Вызов номера».	Умеет прыгать в длину с места, прыгать с высоты 20см.	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с эталоном Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Коммуникативные: задавать вопросы; обращаться за помощью	Смыслообразование - мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности	Текущий		
8	Прыжки в длину с места. Подвижная игра.	Прыжки на одной ноге, на двух, на месте. Прыжки с продвижением вперед, прыжки в длину с места, прыжки с высоты 20см. Эстафеты. Подвижная игра «Волки и Зайцы».	Умеет прыгать в длину с места, прыгать с высоты 20см.	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с эталоном Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Коммуникативные: задавать вопросы; обращаться за помощью	Смыслообразование — самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности	Текущий		

9	Прыжки в длину с места. Урок соревнования.	Прыжки на одной ноге, на двух, на месте. Прыжки с продвижением вперед, прыжки в длину с места, прыжки с высоты 20см. Эстафеты	Умеет прыгать в длину с места, прыгать с высоты 20см.	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с эталоном Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Коммуникативные: задавать вопросы; обращаться за помощью	Смыслообразование - мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности Нравственно-этическая ориентация – проявление доброжелательности	Текущий		
10	Метание мяча на дальность с места.	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на дальность. Подвижная игра «К своим флажкам». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Регулятивные: контроль и самоконтроль - различать способ и результат действия. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: взаимодействие - вести устный диалог по технике метания	Самоопределение — принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к истории и культуре других народов	Текущий		

[illegible]

13	Техника кросса. Подвижная игра.	Бег до 4 минут. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Эстафеты. Подвижная игра «Пятнашки».	Умеет: бегать в равномерном темпе (до 4 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразования -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
14	Кросс без учёта времени.	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м,ходьба-100м). ОРУ. Развитие выносливости. Подвижная игра «Два мороза».	Умеет: бегать в равномерном темпе (до 5 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразования -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

15	Бег по пересеченной местности. Урок игра.	Равномерный бег (5мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м,ходьба-100м). Эстафеты. ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «здоровье».	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразова- ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
16	Кросс с препятствиям и. Подвижная игра.	Равномерный бег (6мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м,ходьба-100м). Подвижная игра «Октябрыта». ОРУ. Развитие выносливости.	Умеет: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразова- ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

17	Кросс до 7 минут. Эстафеты.	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м,ходьба-100м). Подвижная игра «Конники-спортсмены». Эстафеты. ОРУ. Развитие выносливости.	Умеет :бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразование -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
18	Бег по пересеченной местности. Урок соревнования.	Равномерный бег (8мин). Чередование ходьбы и бега (бег-50м,ходьба-100м). Подвижная игра «Гуси-лебеди». ОРУ. Развитие выносливости.	Умеет :бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразование -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

Гимнастика с элементами акробатики – 18 часов

19	Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения. Эстафеты.	Инструктаж по ТБ Команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!», «На 1-2 рассчитайся!»; Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекувырки в группировке, лежа на животе. Эстафеты. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей.	Умеет: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: планирование <i>учебного сотрудничества</i> — <i>слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь</i>	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Самоопределение — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе	Текущий		
----	--	---	--	---	---	---------	--	--

20	<p>Построение в шеренги. Подвижная игра.</p>	<p>Команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!», «На 1-2 рассчитайся!»; Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов.</p>	<p>Умеет: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.</p>	<p>Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: планирование <i>учебного сотрудничества</i> — <i>слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь</i></p>	<p><i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Самоопределе и — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе</p>	Текущий		
----	--	--	--	--	---	---------	--	--

21	Построение в колонны. Эстафеты. Урок игра.	Команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!», «На 1-2 рассчитайся!»; Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. ОРУ. Эстафеты. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Умеет :выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: планирование <i>учебного сотрудничества</i> — <i>слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь</i>	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Самоопределе ние — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе	Текущий		
22	Перекаты назад. Подвижная игра.	Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей. Урок проводится в форме игры.	Умеет: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: планирование <i>учебного сотрудничества</i> — <i>слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь</i>	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Самоопределе ние — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе	Текущий		

23	Перекаты вперед. Подвижная игра.	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Подвижная игра «Космонавты». Развитие координационных способностей.	Умеет :выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: планирование <i>учебного сотрудничества</i> — <i>слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь</i>	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Самоопределение — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе	Текущий		
24	Перекаты вперед и назад. Эстафеты. Урок эстафета.	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях вперед и назад. ОРУ. Эстафеты. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей.	Умеет: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации.	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: планирование <i>учебного сотрудничества</i> — <i>слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь</i>	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Самоопределение — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе	Текущий		

25	Равновесие. Виды висов. Подвижная игра.	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Вис стоя; вис на согнутых руках; Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижная игра «совушка». Урок проводится в форме игры.	Умеет: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные : инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы	Текущий		
26	Равновесие. Вис стоя. Подвижная игра.	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. ОРУ с обручами. Вис стоя; вис на согнутых руках; Стойка на носках на одной ноге на гимнастической скамейке. Подвижная игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Умеет: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные : инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы	Текущий		

27	Вис на согнутых руках. Эстафеты.	Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Вис на согнутых руках. Эстафеты. Подвижная игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Умеет: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы	Текущий		
28	Строевые упражнения. Вис на время .Подвижная игра.	Повороты направо. Налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Вис стоя; вис на согнутых руках; Вис на время. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Умеет: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы	Текущий		

29	Подтягивания в висе. Эстафеты.	Повороты направо. Налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Развитие координационных способностей. Эстафеты.	Умеет :выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация— навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы	Текущий		
30	Равновесие. Строевые упражнения. Подвижная игра.	Повороты направо. Налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами.	Умеет :выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация— навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы	Текущий		

31	Лазание по гимнастической стенке.	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении.. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей.	Умеет: Выполняет эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации	Регулятивные: контроль и самоконтроль- использовать установленные 'правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные- ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: управление коммуникацией- оказывать в сотрудничестве взаимопомощь	Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
32	Перелезание через маты. Подвижная игра.	Перелезание через маты. ОРУ в движении. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей	Умеет: Выполняет эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации	Регулятивные: контроль и самоконтроль- использовать установленные 'правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные- ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: управление коммуникацией- оказывать в сотрудничестве взаимопомощь	Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

33	Лазание по канату. Подвижная игра.	Лазание по канату. ОРУ в движение. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей.	Умеет: лазать по канату;	Регулятивные: контроль и самоконтроль; трюк- использовать установленные 'правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные- ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: управление коммуникацией- оказывать в сотрудничестве взаимопомощь	Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
34	Лазание по гимнастической стенке. Эстафеты.	Лазание по гимнастической стенке. Эстафеты ОРУ в движение. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей	Умеет: лазать по гимнастической стенке.	Регулятивные: контроль и самоконтроль; трюк- использовать установленные 'правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные- ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: управление коммуникацией- оказывать в сотрудничестве взаимопомощь	Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

37	Инструктаж по ТБ Стойка и передвижение лыжника.	Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Стойка и передвижение лыжника. Ходьба, бег с различными заданиями.	Знает правила ТБ на уроках л/п. Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: планирование - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция - вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные :знаково-символические - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	Текущий		
38	Ступающий шаг. Подвижная игра.	Ступающий шаг с палками. Подвижная игра «Кто быстрее»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог	<i>Самоопределение</i> — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе	Текущий		

39	Скользкий шаг Эстафеты.	Скользкий шаг с палками. Эстафеты.	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог	Самоопределение - самостоятельная и личная ответственность за свои поступки	Текущий		
40	Комбинация лыжных ходов Подвижная игра.	Ступающий и скользкий шаг с палками. Подвижная игра «Кто быстрее».	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах .	Регулятивные: контроль и самоконтроль - различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные- выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов. Коммуникативные: взаимодействие - формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью	Самоопределение - установка на здоровый образ жизни Самоопределение - социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам	Текущий		

41	Двухшажный ход Эстафеты.	Ступающий и скользящий шаг с палками. Эстафеты. Попеременный двухшажный ход без палок	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	<p>Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i>- выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью</p>	Нравственно-этическая ориентация - этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость	Текущий		
42	Комбинация лыжных ходов. Подвижная игра.	Ступающий и скользящий шаг с палками. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	<p>Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать,</p> <p>Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия</p>	Смыслообразова-ние — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	Текущий		

43	Попеременны й двухшажный ход. Эстафеты	Попеременный двухшажный ход без палок. Эстафеты	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать, Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия	<i>Нравственно- этическая ориентация</i> - этические чувства, прежде всего доб- рожелательность, эмоционально- нравственная отзывчивость	Текущий		
44	Повороты на месте. Подвижная игра.	Повороты переступанием. Скользкий шаг с палками. Подвижная игра «Кошки-мышки»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - фор- мировать и удерживать учебную задачу; <i>прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: <i>общеучебные</i> - вы- бирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать свои затруднения; ста- вить вопросы, вести устный диалог	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Смыслообразова- ние - самооценка на основе критериев успешной дея- тельности	Текущий		

45	Повороты в движении. Лыжные ходы.	Повороты переступанием. Попеременный двухшажный ход без палок. Подвижные игры «Снеговики»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формировать и удерживать учебную задачу; <i>прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	<i>Смыслообразова-ние</i> — мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя) <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость	Текущий		
46	Повороты. Лыжные ходы.	Повороты переступанием. Скольльзящий шаг с палками. Эстафеты. Подвижная игра «Два мороза»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формировать и удерживать учебную задачу; <i>прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире <i>Смыслообразова-ние</i> - самооценка на основе критериев успешной деятельности	Текущий		

47	Эстафеты на лыжах Подвижная игра.	Повороты переступанием. Попеременный двухшажный ход без палок. Эстафеты на лыжах. Подвижная игра «Кошки-мышки»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формировать и удерживать учебную задачу; <i>прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире <i>Смыслообразования</i> - самооценка на основе критериев успешной деятельности <i>Самоопределение</i> - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе	Текущий		
48	Подъем и спуск с небольшой горки. Эстафеты	Подъем и спуск с небольшого склона. Эстафеты.	Умеет уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире <i>Смыслообразования</i> - самооценка на основе критериев успешной деятельности	Текущий		

49	Виды подъемов в горку. Эстафеты.	Подъем «лесенкой» и «елочкой» и спуск в низкой и высокой стойке с небольшого склона. Эстафеты	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	<p>Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия</p>	<p>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</p> <p>Смыслообразования - мотивация учебной деятельности</p> <p>Самоопределение - осознание ответственности человека</p>	Текущий		
50	Подъем «лесенкой». Подвижная игра	Подъем «лесенкой» и «елочкой» и спуск в низкой и высокой стойке с небольшого склона Подвижная игра «Кошки-мышки»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	<p>Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять пошаговый и итоговый результаты.</p> <p>Познавательные: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение</p>	<p>Самоопределение - сознание ответственности человека за общее благополучие</p>	Текущий		

51	Подъем «елочкой» .Подвижная игра.	Подъем «лесенкой» и «елочкой» и спуск в низкой и высокой стойке с небольшого склона. Подвижная игра «Два мороза»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	Самоопределение - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Смыслообразова-ние -самооценка на основе критериев успешной деятельности	Текущий		
52	Комбинирован ие подъемов в горку. Эстафеты	Подъем «лесенкой» и «елочкой» и спуск в низкой и высокой стойке с небольшого склона. Эстафеты.	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> -ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение	Самоопределение - сознание ответственности человека за общее благополучие	Текущий		

53	Спуск на лыжах с горки .Эстафеты	Подъем «лесенкой» и «елочкой» и спуск в низкой и высокой стойке с небольшого склона. Эстафеты	Умеет :уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	<i>Самоопределение</i> - принятие образа хорошего ученика Самоопределение - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе	Текущий		
54	Спуск на лыжах в низкой стойке. Подвижная игра	Спуск в низкой и высокой стойке с небольшого склона. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Умеет: уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	<i>Самоопределение</i> - принятие образа хорошего ученика Самоопределение - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе	Текущий		

55	Спуск на лыжах в высокой стойке. Эстафеты.	Передвижение попеременным двухшажным ходом до 500м. особенности дыхания. Эстафеты	Умеет: проходить дистанцию, уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлекссию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	<i>Самоопределение</i> - принятие образа хорошего ученика <i>Самоопределение</i> - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе	Текущий		
56	Передвижение на лыжах. Подвижная игра	Передвижение до 500м. особенности дыхания Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Умеет: проходить дистанцию уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлекссию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной деятельности	Текущий		

57	Передвижение на лыжах	Передвижение до 1000м. особенности дыхания	Умеет: проходить дистанции, уверенно выполняет передвижения на лыжах	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; взаимодействие — формулировать собственное мнение и позицию	Самоопределение - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире Смыслообразова-ние -самооценка на основе критериев успешной деятельности	Текущий		
<i>Подвижные игры с элементами баскетбола – 12 часов</i>								
58	Инструктаж по ТБ. Обучение. Стойка игрока.	Обучение. Развитие скоростно-силовых способностей. Стойка игрока. Эстафеты.	Знает правила ТБ на уроках п/и. Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: целеполагание - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: информационные - искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	Текущий		

59	Передвижение и стойка игрока. Подвижная игра.	ОРУ в движении. Игра «Перестрелка». Эстафета. Развитие скоростно-силовых способностей. Передвижение и стойка игрока. Подвижная игра «Хвостики»	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной деятельности	Текущий		
60	Учебно-тренировочная игра.	ОРУ в движении. Игры: «Вызови по имени», «Мини баскетбол». Развитие координационных способностей. Передача мяча. Ведение мяча.	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
61	Игры: «подвижная цель», «Мяч ловцу». Подвижная игра.	ОРУ в парах. Игры: «подвижная цель», «Мяч ловцу». Эстафеты. Развитие ориентировки в пространстве. Тактические действия в игре. Подвижная игра «Хвостики»	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	Самоопределение — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуре	Текущий		

62	Игры: «Быстро и точно», «Мини баскетбол».	ОРУ в парах. Игры: «Быстро и точно», «Мини баскетбол». Овладение технико-тактическими взаимодействиями.	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	Самоопределение — проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	Текущий		
63	Броски мяча в кольцо. Эстафеты	ОРУ. Эстафеты с ведением, передачей, бросками мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	<i>Смыслообразование</i> - самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов	Текущий		

64	Ловля и передача мяча в движении. Игра в мини-баскетбол.	ОРУ. Эстафеты с ведением, передачей, бросками баскетбольного мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	Умеет :выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные:общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные:инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	Текущий		
65	Ловля и передача мяча в движении. Подвижная игра.	Ловля и передача баскетбольного мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель(щит) ОРУ. Игра «Вызов номеров».	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные:общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные:инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	Текущий		

66	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Подвижная игра.	Ловля и передача баскетбольного мяча в движении. Ведение баскетбольного мяча на месте правой и левой рукой. Броски в цель(щит) ОРУ. Игра «Пять передач».	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению	Текущий		
67	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Эстафеты.	Ловля и передача баскетбольного мяча в движении. Ведение баскетбольного мяча на месте правой и левой рукой. Броски в цель(щит) ОРУ. Эстафеты с элементами баскетбола.	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Самоопределение - начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач	Текущий		

68	Игра «Мяч в корзину».	Учебно-тренировочная игра. Ловля и передача баскетбольного мяча в движении. Ведение баскетбольного мяча на месте правой и левой рукой. Броски в цель(щит) ОРУ. Игра «Мяч в корзину».	Умеет: выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению	Текущий		
69	Учебно-тренировочная игра	Учебно-тренировочная игра. Ловля и передача баскетбольного мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель(щит) ОРУ. Игра «Играй, играй, мяч не теряй».	Умеет :выполнять простые технические действия в игре	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению	Текущий		

Подвижные игры-18 часов

70	Общеразвивающие упражнения. Игра путешествие.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». (Урок проводится в форме путешествия).	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Самоопределение - <i>принятие образа «хорошего ученика»</i>	Текущий		
71	Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ. Игры «Пятнашки», «Прыгающие воробушки»	Умеет : играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Самоопределение - начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач	Текущий		

72	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ на месте с мячами. Игры «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению	Текущий		
73	Эстафеты со скакалкой. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ в движении с гимнастической палкой. Эстафеты со скакалкой. Игры «Кто дальше бросит», «Точный расчёт», «Метко в цель»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Самоопределение - <i>принятие образа «хорошего ученика»</i>	Текущий		

74	Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ на гимнастической скамейке. Игры «К своим флажкам», «Два мороза»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности	Текущий		
75	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ на гимнастических матах. Игры «Пятнашки», «Прыгающие воробушки»	Умеет : играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению	Текущий		

76	Эстафеты с мячами. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств ОРУ. Игры «Зайцы в огороде», «Лисы и куры». Эстафеты с мячами.	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие формулировать</i> собственное мнение и позицию	Самоопределение - начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач	Текущий		
77	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ с мячом.. Игры «Кто дальше бросит», «Точный расчёт», «Метко в цель»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Самоопределение - <i>принятие образа «хорошего ученика»</i>	Текущий		

78	Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств. Игры «К своим флажкам», «Два мороза»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> <i>формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению	Текущий		
79	Подвижные игры Эстафеты с обручем.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ в парах.. Игры «Пятнашки», «Прыгающие воробушки» Эстафеты с обручем.	Умеет: и грать в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> <i>формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Самоопределение - начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач	Текущий		

80	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ на месте. Игры «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные:взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Самоопределение - <i>принятие образа «хорошего ученика»</i>	Текущий		
81	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств,ОРУ в движении. Игры «Кто дальше бросит», «Точный расчёт», «Метко в цель»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные:взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности	Текущий		

82	Эстафеты. Подвижные игры.	Развитие скоростно- силовых качеств, Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты с мячами.	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> -вы- бирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> <i>формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Нравственно- этическая ориентация — уважительное от- ношение к чужому мнению	Текущий		
83	Подвижные игры.	Развитие скоростно- силовых качеств, ОРУ. Игры «Пятнашки», «Прыгающие воробушки»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> -вы- бирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> <i>формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Смыслообразова- ние- самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности	Текущий		

84	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств ,ОРУ. Игры «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Самоопределение - начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач	Текущий		
85	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Точный расчёт», «Метко в цель»	Умеет : играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи .Коммуникативные: <i>взаимодействи е формулировать</i> собственное мнение и позицию.	Самоопределение - <i>принятие образа «хорошего ученика»</i>	Текущий		

86	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные:взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению	Текущий		
87	Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	Развитие скоростно-силовых качеств, ОРУ. Игры «Пятнашки», «Прыгающие воробушки»	Умеет: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные:взаимодействие формулировать собственное мнение и позицию.	Самоопределение - начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач	Текущий		

Лёгкая атлетика – 9 часов

88	Сочетание различных видов ходьбы. Игра путешествие.	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (30 м). ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей. (Урок проводится в форме путешествия),	Умеет :правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м).	Регулятивные: <i>целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</i> Познавательные: <i>общеучебные-использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</i> Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью</i>	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
----	---	--	---	---	---	---------	--	--

89	Сочетание различных видов ходьбы. Бег (30 м).	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (30 м). ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Умеет :правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м).	Регулятивные: <i>целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</i> Познавательные: <i>общеучебные-использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</i> Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью</i>	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
----	--	---	---	---	---	---------	--	--

90	Бег с изменением направления, ритма и темпа.	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (60м). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Умеет: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м).	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные-использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</i> Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
----	--	---	--	--	---	---------	--	--

91	Бег в заданном коридоре. Бег (60м).	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (60м). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Умеет: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м).	Регулятивные: <i>целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</i> Познавательные: <i>общеучебные-использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</i> Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью</i>	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		
92	Прыжок в длину с места. Эстафеты	Прыжок в длину с места. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты»	Умеет: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с эталоном Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Коммуникативные: задавать вопросы; обращаться за помощью	Смыслообразова-ние -мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности Нравственно-этическая ориентация — проявление доброжелательности	Текущий		

93	Прыжок в длину с разбега. Подвижная игра.	Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Кузнечики»	Умеет: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с эталоном Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Коммуникативные: задавать вопросы; обращаться за помощью	Смыслообразова-ние -мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности Нравственно-этиче-ская ориентация — проявление доб-рожелательности	Текущий		
94	Прыжок в длину с места, с разбега. Подвижная игра.	Прыжок в длину с места, с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Прыжок за прыжком»	Умеет: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с эталоном Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Коммуникативные: задавать вопросы; обращаться за помощью	Смыслообразова-ние -мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности Смыслообразование — самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этиче-ская ориентация — проявление доб-рожелательности	Текущий		

95	Метание набивного мяча. Эстафеты.	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты. Развитие скоростных – силовых качеств.	Умеет: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	Регулятивные: контроль и самоконтроль - различать способ и результат действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - вести устный диалог по технике метания	Самоопределение — принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к истории и культуре других народов	Текущий		
96	Метание малого мяча в цель. Эстафеты.	Метание малого мяча в цель (2 х 2) с 3 – 4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростных – силовых качеств.	Умеет: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель	Регулятивные: контроль и самоконтроль - различать способ и результат действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - вести устный диалог по технике метания	Самоопределение — принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к истории и культуре других народов	Текущий		

Кроссовая подготовка – 3 часов

97	Равномерный бег. Техника кросса. Подвижная игра.	Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости. Специальные беговые упражнения.	Умеет: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности.	Текущий		
98	Кросс 500 м без учёта времени. Подвижная игра.	Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости.	Умеет: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Нравственно-этическая ориентация — умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий		

99	Кросс по пересечённой местности. Подвижная игра.	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы, бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Два мороза». ОРУ. Развитие выносливости. Специальные беговые упражнения.	Умеет: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересечённой местности (до 1 км)	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Смыслообразова-ние -адекватная мотивация учебной деятельности.	Текущий		
----	--	---	---	---	---	---------	--	--

Тематический план учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся на основе ФГОС НОО 2 класса.

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.	
1	2	3	4	5	6	
Легкоатлетические упражнения (10 часов).						
1	Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (20 м)	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. ОРУ. Бег с ускорением (20 м) Игра «Пятнашки».	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: Выполнять бег 20 м. с ускорением. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в ходьбе, беге. Знать правила Т.Б.		
2	Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м)	Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м) История древних Олимпийских игр. Челночный бег.	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные : осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные : рассказывать о разновидностях ходьбы. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильным выполнением основных движений в ходьбе, беге.	Изучение материала об истории древних Олимпийских игр.	

3	Бег с ускорением (30 м)- тестирование.	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. ОРУ. Бег с ускорением (30 м) Игра «Пустое место». Челночный бег.	<p>Предметные: Знать правила подвижных игр.</p> <p>Метапредметные : Коммуникативные : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : проходить тестирование бега 30 метров с высокого старта.</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.</p>	Бег 30м.(тестирование) <u>Мальчики</u> – «5» - 5,4; «4» - 7,0-6,0; «3» - 7,1; <u>Девочки</u> – «5» - 5,6; «4» - 7,2-6,2; «3» - 7,3;		
4	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (60 м)	Разновидности ходьбы. ОРУ. Бег с ускорением (60 м) Игра «Вызов номеров».	<p>Предметные: Знать, как проходит тестирование бега на 60 метров с высокого старта, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные : осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега 60 метров с высокого старта.</p> <p>Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в ходьбе, беге. Бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	Контролируют частоту дыхания и пульса в зависимости от скорости бега и расстояния.	
5	Прыжки с поворотом на 180 градусов. ОРУ. Челночный бег.	Прыжок в длину с места. Правила Т.Б при прыжках в длину с места. Прыжки с поворотом на 180 градусов. ОРУ. Челночный бег. Игра « Прыгающие воробушки».	<p>Предметные: Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные :сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : проходить тестирование прыжка в длину с места.</p> <p>Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.		

6	Прыжок в длину с места. ОРУ. Челночный бег.	Прыжок в длину с места. ОРУ. Челночный бег. Игра « Прыгающие воробушки». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять прыжок в длину с места. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : играть в подвижную игру. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.	Исследовательская работа: установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося.	
7	Прыжок в длину с места. ОРУ. Челночный бег.	Прыжок в длину с места. ОРУ. Челночный бег. Игра « Прыгающие воробушки». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как проходит тестирование челночного бега 3\10м, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : играть в подвижную игру. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Челночный бег 3\10м(тестирование) <u>мальчики:</u> 9,1-«5»; 10,0-9,5-«4»; 10,4 -«3» <u>Девочки:</u> 9,7-«5»; 10,7-10,1-«4»; 11,2-«3».		
8	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2х2) с 4-5 м. ОРУ.	Техника метание малого мяча в горизонтальную цель (2х2) с 4-5 м. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления».	Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют , правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : проходить тестирование малого мяча. Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.		

9	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2х2) с 4-5 м. ОРУ.	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2х2) с 4-5 м. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления».	<p>Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : выполнять метание малого мяча на дальность разными способами.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.	Установление взаимосвязи между физическими упражнениями, физическим развитием и физической подготовленностью человека.	
	Метание малого мяча на результат. ОРУ. Эстафеты.	Метание малого мяча на результат. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Перестрелка».	<p>Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные : выполнять метание малого мяча на дальность разными способами.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.		
Подвижные игры (11 часов).						
11	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

12	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
13	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	Исследуют зависимость частоты пульса от скорости ходьбы. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе	
14	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

15	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
16	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
17	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

18	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
19	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
20	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

21	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
Подвижные игры (4 часа).						
22	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
23	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	. ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

24	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
25	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения,	Виды деятельност и учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.	
1	2	3	4	5	6	
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов).						
26	Перекаты в группировке, стойка на лопатках, согнув ноги. ОРУ.	Инструктаж по ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перекаты в группировке, стойка на лопатках, согнув ноги. ОРУ. Игра «запрещенное движение». Название гимнастических снарядов.	Предметные: Знать, как выполнять перекаты в группировке. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : рассказывать названия гимнастических снарядов. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды, выполнять акробатическ ие элементы раздельно и комбинации. Корректиров ка акробатическ их элементов.	Подбирают 10 любых упражнений для ОРУ.	
27	Перекаты в группировке, стойка на лопатках, согнув ноги. ОРУ.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Перекаты в группировке, стойка на лопатках, согнув ноги. ОРУ. Игра «Фигуры». Название основных гимнастических снарядов.	Предметные: Знать, как выполняется размыкание и смыкание приставными шагами. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : знать как выполнять перекаты , стойки. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды и акробатическ ие элементы. Корректиров ка акробатическ их элементов.		

28	Упражнение «мост» из положения лежа. ОРУ.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Упражнение «мост» из положения лежа. ОРУ. Игра «Фигуры». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, как выполняется размыкание и смыкание приставными шагами.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : показывать упражнение «мост».</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	Уметь выполнять строевые команды, выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. Корректировка акробатических элементов.		
29	Упражнение «мост» из положения лежа. ОРУ.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Упражнение «мост» из положения лежа. ОРУ. Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, перестроение из колонны по одному в колонну по два.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : показывать упражнение «мост».</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	Продemonстрируют комплекс из 10 любых упражнений для ОРУ.	

30	Кувырок вперед, пережат в стойку на лопатках. ОРУ.	Передвижение в колонне по одному по заданным ориентирам. Кувырок вперед, пережат в стойку на лопатках. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «змейка».	<p>Предметные: Знать, как выполнять кувырок вперед.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : выполнять кувырок вперед.</p> <p>Личностные: формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.		
31	Кувырок вперед, пережат в стойку на лопатках. ОРУ.	Передвижение в колонне по одному по заданным ориентирам. Кувырок вперед, пережат в стойку на лопатках. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «змейка».	<p>Предметные: Знать, как выполнять кувырок вперед.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : выполнять кувырок вперед.</p> <p>Личностные: формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.		

32	Передвижение в колонне по одному по заданным ориентирам. Вис стоя и лежа.	Передвижение в колонне по одному по заданным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «змейка».	<p>Предметные: Знать, как выполнять ОРУ с гимнастической палкой.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные : выполнять вис стоя и лежа.</p> <p>Личностные: формирование эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.		
33	В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках.	ОРУ с обручами. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Игра «Слушай сигнал».	<p>Предметные: Знать, как выполнять ОРУ с обручем.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные : выполнять ОРУ с обручами.</p> <p>Личностные: формирование эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.		

34	В вися спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках.	ОРУ с обручами. В вися спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Игра «Слушай сигнал».	<p>Предметные: Знать, как выполнять вис на согнутых руках.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : выполнять вис на согнутых руках.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и сознание личностного смысла учения.</p>	Уметь выполнять строевые команды и размыкания, знать правила подвижной игры. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью и формированием правильной осанки.	
35	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи.	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, как выполнять ходьбу по гимнастической скамейке.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : выполнять ходьбу по гимнастической скамейке.</p> <p>Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и сознание личностного смысла учения.</p>	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в вися. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.		

36	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи.	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «не ошибись». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, как выполнять перешагивание через мячи.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : проходить подтягивания на перекладине, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки..</p>	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.		
37	Лазанье по канату, круговая тренировка. ОРУ.	ОРУ с обручами. Лазанье по канату, круговая тренировка. Игра «не ошибись». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, как выполнять лазанье по канату.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : проходить подтягивания на перекладине, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки..</p>	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.		

38	Лазание по гимнастической стенке различными способами. ОРУ в движении.	Лазание по гимнастической стенке различными способами. ОРУ в движении. Игра «ниточка и иголочка». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять лазание по гимнастической стенке. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : выполнять лазание по гимнастической стенке. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке различными способами. Корректировка выполнения команд.		
39	Лазание по гимнастической стенке различными способами. ОРУ в движении.	Лазание по гимнастической стенке различными способами. ОРУ в движении. Игра «ниточка и иголочка». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять лазание по гимнастической стенке. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : выполнять лазание по гимнастической стенке. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке различными способами. Корректировка выполнения команд.		
40	ОРУ в движении. Перелезание через коня.	ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «фигуры». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять перелезание через коня. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : выполнять перелезание через коня. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять перелезание через коня. Страховка в сложном месте.	Установят взаимосвязь между физическими упражнениями и состоянием своего здоровья, а также физическим развитием человека	
41	ОРУ в движении. Перелезание через коня.	ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «светофор». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять перелезание через коня. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : выполнять ОРУ в движении. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять перелезание через коня. Страховка в сложном месте.		

42	ОРУ в движении. Перелазание через горку матов.	ОРУ в движении. Перелазание через горку матов. Игра «светофор». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять перелазание через горку матов. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : выполнять перелазание через горку матов. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять перелазание через горку матов. Страховка в сложном месте.		
43	ОРУ в движении. Перелазание через горку матов.	ОРУ в движении. Перелазание через горку матов. Игра «светофор». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять перелазание через горку матов. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : выполнять ОРУ в движении. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять перелазание через горку матов. Страховка в сложном месте. Наблюдение за правильностью выполнения.		
Подвижные игры (6 часов).						
44	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.		

45	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Используют действия данных п\игр для развития координационных способностей. Наблюдение за правильностью выполнения перемещений и передач.		
46	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Используют действия данных п\игр для развития координационных способностей. Наблюдение за правильностью выполнения перемещений и передач.		
47	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.		

48	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.		
49	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки».	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки».	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.		

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.	Дата проведения
1	2	3	4	5	6	
Волейбол (2 часа).						

50	Прием мяча снизу двумя руками перед собой.	Стойка игрока. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Подвижные игры с элементами волейбола.	<p>Предметные: Знать, технику приема мяча снизу двумя руками</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Используют действия данных п\игр для развития координационных способностей.		
51	Прием мяча снизу двумя руками перед собой.	Стойка игрока. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Подвижные игры с элементами волейбола.	<p>Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.		
Лыжная подготовка (20 часов).						

52	Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок.	Техника безопасности на уроке. Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту. Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, какие методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.		
53	Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок.	Техника безопасности на уроке. Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту. Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, какие методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.		

54	Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения	Исследуют зависимость частоты пульса от скорости ходьбы на лыжах.	
55	Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения		

56(7)	Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, как переносить лыжи до места катания.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.		
57(8)	Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	<p>Предметные: Знать, как переносить лыжи до места катания.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.		
58(9)	Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	<p>Предметные: Знать, как выполнять ходьбу скользящим шагом.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.		

59(10)	Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Предметные: Знать, как выполнять ходьбу скользящим шагом. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.		
60(11)	Повороты переступанием. Торможение падением на лыжах с палками.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Торможение падением на лыжах с палками.	Предметные: Знать, как выполнять повороты переступанием. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.		

61(12)	Повороты переступанием. Торможение падением на лыжах с палками.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Торможение падением на лыжах с палками.	<p>Предметные: Знать, как выполнять повороты переступанием.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.		
62(13)	Повороты переступанием. Торможение падением на лыжах с палками.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Торможение падением на лыжах с палками.	<p>Предметные: Знать, как выполнять торможение падением на лыжах с палками.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения		
63(14)	Подъем на склон «полуелочкой», «елочкой». И спуск на лыжах.	Подъем на склон «полуелочкой», «елочкой». И спуск на лыжах. Эстафеты на лыжах.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения		

64(15)	Совершенствовать: Подъем на склон «полуелочкой», «елочкой». И спуск на лыжах.	Подъем на склон «полуелочкой», «елочкой». И спуск на лыжах. Эстафеты на лыжах.	<p>Предметные: Знать, как выполнять подъемы и спуски.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах.		
65(16)	Закрепить: Подъем на склон «полуелочкой», «елочкой». И спуск на лыжах.	Подъем на склон «полуелочкой», «елочкой». И спуск на лыжах. Эстафеты на лыжах.	<p>Предметные: Знать, как выполнять подъемы и спуски.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения		
66(17)	Совершенствовать: ходьбу на лыжах разными способами.	Совершенствование навыков ходьбы на лыжах разными способами. Игра на лыжах «накаты».	<p>Предметные: Знать, как выполнять ходьбу на лыжах разными способами.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения		

67(18)	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами.	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами. Игра на лыжах «салки».	<p>Предметные: Знать, как играть в игры на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения		
68(19)	Передвижение на лыжах змейкой.	Передвижение на лыжах змейкой. Прохождение дистанции 1.5км.	<p>Предметные: Знать, как выполнять передвижение на лыжах змейкой.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения		
69(20)	Передвижение на лыжах змейкой.	Передвижение на лыжах змейкой. Прохождение дистанции 1.5км.	<p>Предметные: Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1.5 км на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения		

70(21)	Передвижение на лыжах змейкой.	Передвижение на лыжах змейкой. Прохождение дистанции 1.5км.	<p>Предметные: Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1.5 км на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения		
71(22)	Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный урок по лыжной подготовке. Прохождение дистанции 1.5км.	<p>Предметные: Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1.5 км на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения		
Элементы Баскетбола (6 часов).						
72(23)	Стойка баскетболиста. Передвижения в стойке с мячом и без.	ТБ на уроке спортивных игр. Стойка баскетболиста. Передвижения в стойке с мячом и без. Игра «бросай и поймай». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, как выполнять передвижения в стойке баскетболиста.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		

73(24)	Стойка баскетболиста. Передвижения в стойке с мячом и без.	Стойка баскетболиста. Передвижения в стойке с мячом и без. ОРУ. Игра «бросай и поймай». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как играть в игры с мячом. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		
74(25)	Стойка баскетболиста. Передвижения в стойке с мячом и без.	Стойка баскетболиста. Передвижения в стойке с мячом и без. ОРУ. Игра «гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять передвижения в стойке с мячом. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		
75(26)	Индивидуальная работа с мячом. ОРУ.	Индивидуальная работа с мячом. ОРУ. Игра «передал- садись». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять индивидуальную работу с мячом. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		

76(27)	Индивидуальная работа с мячом. ОРУ.	Индивидуальная работа с мячом. ОРУ. Игра «передал- садись». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, как выполнять передачи мяча в парах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : мяча, уметь выполнять ведение играть в игры с мячом.</p> <p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		
77(28)	Индивидуальная работа с мячом. ОРУ.	Индивидуальная работа с мячом. ОРУ. Игра «передал- садись». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, как выполнять передачи мяча в парах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом.</p> <p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.	
1	2	3	4	5	6	
Элементы Баскетбола (6 часов).						

78(1)	Передача мяча в парах на месте и в движении. Броски мяча в цель с места.	Передача мяча в парах на месте и в движении. Броски мяча в цель с места. ОРУ. Игра «мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять броски мяча в кольцо. Метапредметные: : Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		
79(2)	Передача мяча в парах на месте и в движении. Броски мяча в цель с места.	Передача мяча в парах на месте и в движении. Броски мяча в цель с места.	Предметные: Знать, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся мячом (держат, передавать на расстояние владеть ние, л юдение заловля, ведение, броски) в процессе игр. Наб правильностью выполнения.		
80(3)	Передача мяча в парах на месте и в движении. Броски мяча в цель с места.	Передача мяча в парах на месте и в движении. Броски мяча в цель с места. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять эстафеты с мячами. Метапредметные: : Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: бросать в баскетбольное кольцо различными способами. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		

81(4)	Ведение мяча на месте, по прямой, с остановками по сигналу.	Ведение мяча на месте, по прямой, с остановками по сигналу. ОРУ. Игра «мяч в обруч». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять ведение мяча. Метапредметные: : Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: : бросать в баскетбольное кольцо различными способами. Личностные: : развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		
82(5)	Ведение мяча на месте, по прямой, с остановками по сигналу.	Ведение мяча на месте, по прямой, с остановками по сигналу. ОРУ. Игра «мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять ведение мяча. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: : бросать в баскетбольное кольцо различными способами. Личностные: : развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		
83(6)	Ведение мяча на месте, по прямой, с остановками по сигналу.	Ведение мяча на месте, по прямой, с остановками по сигналу. ОРУ. Игра «перестрелка». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять ведение мяча. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: : бросать в баскетбольное кольцо различными способами. Личностные: : развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.		
Подвижные игры (7 часов).						

84(7)	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бегать, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения		
85(8)	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : уметь бегать, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
86(9)	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

87(10)	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка».	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бегать, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
88(11)	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки».	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
89(12)	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки».	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные : уметь бегать, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		

90(13)	ОРУ .Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву».	ОРУ .Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.		
Легкоатлетические упражнения (8 часов).						
91(14)	Техника прыжка в высоту с разбега 5-8 шагов.	ОРУ. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Техника прыжка в высоту с разбега 5-8 шагов. Игра «Третий лишний».	Предметные: Знать, технику прыжка с разбега в высоту. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь бегать, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Знать правила ТБ. правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контролируют ЧСС и уровень физической нагрузки.	
92(15)	Прыжок в высоту с разбега 5-8 шагов. ОРУ.	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Прыжок в высоту с разбега 5-8 шагов. ОРУ. Игра «Пятнашки».	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь прыгать в высоту с разбега, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	Учатся контролировать ЧСС и определять внешние признаки физического утомления при беге.	

93(16)	Прыжки с поворотом на 180 градусов Прыжок в длину с места - тестирование	ОРУ. Прыжки с поворотом на 180 градусов. Прыжок в длину с места. Эстафеты. Подвижная игра «Парашютисты».	Предметные: Знать, как выполнять прыжки с поворотом на 180 градусов. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в игры. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контроль частоты дыхания и пульса в зависимости от скорости бега и расстояния.	
94(17)	Челночный бег- тестирование.	Промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как выполнять челночный бег. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : играть в игры. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.		
95(18)	Тестирование – гибкости, из положения стоя и сидя.	Промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как выполнять тестирование гибкости. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : играть в подвижные игры с соблюдением правил. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контролируют ЧСС и уровень физической нагрузки.	

96(19)	Бег (30 метров). – тестирование. Метание набивного мяча на дальность и результат.	Бег (30 метров). – промежуточное тестирование. Метание набивного мяча на дальность и результат.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : выполнять тестирование бега на 30 метров. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Исследуют динамику результатов прыжка на точность в длину с места (техника выполнения) за 3 урока.	
97(20)	ОРУ. Бег 1000 метров без учета времени.- тестирование. Итоговое контрольное тестирование.	ОРУ. Бег 1000 метров без учета времени. Подвижная игра «Футбол» Развитие скоростных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Исследовательская работа (динамика в конце учебного года): установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося	
98(21)	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Игра «Футбол»	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Подвижная игра «Футбол».	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью, закаливанием и личным здоровьем каждого.	

99(22)	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Игра «Футбол»	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Подвижная игра «Футбол».	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью, закаливанием и личным здоровьем каждого.	
100(23)	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Игра «Футбол»	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Подвижная игра «Футбол».	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью, закаливанием и личным здоровьем каждого.	
101(24)	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Игра «Футбол»	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Подвижная игра «Футбол».	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью, закаливанием и личным здоровьем каждого.	
102(25)	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Игра «Футбол»	ОРУ. Метание малого мяча в цель(2\2) с 4-5 метров. Подвижная игра «Футбол».	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью, закаливанием и личным здоровьем каждого.	

Тематический план учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся на основе ФГОС НОО 3 класса.

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Легкоатлетические упражнения (10 часов).					
	Организационно - методические требования на уроках физической культуры.	Инструктаж по ТБ. Бег в коридоре с максимальной скоростью. ОРУ. Игра «пустое место».	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: знать как бегать в заданном коридоре. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в ходьбе, беге. Знать правила Т.Б.	
	Бег на результат (30м). Понятия «эстафета», «старт», «финиш».	Бег на результат (30м). Игра «смена сторон». Понятия «эстафета», «старт», «финиш».	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: знать понятия: на старт, внимание, марш. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Бег 30 метров.(тестирование) <u>Мальчики</u> – «5» - 5,1; «4» - 6,7-5,7; «3» - 6,8; <u>Девочки</u> – «5» - 5,3; «4» - 6,9-6,0; «3» - 7,0;	Наблюдение за правильным выполнением основных движений в ходьбе, беге.

	Бег с максимальной скоростью (60м). Олимпийские игры: история возникновения.	Бег с максимальной скоростью (60м). Игра «белые медведи». Олимпийские игры: история возникновения.	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: знать как играть в подвижные игры. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в ходьбе, беге. Бегать с максимальной скоростью (60 м)	
	Челночный бег 3\10 метров – тестирование.	Челночный бег 3\10 метров – тестирование. Игра « Лиса и куры». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, как проходить тестирование челночного бега, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: знать понятия: на старт, внимание, марш. Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Челночный бег3\10м(тестирование) <u>мальчики:</u> 9,1-«5»; 10,0-9,5-«4»; 10,4 -«3» <u>Девочки:</u> 9,7-«5»; 10,7-10,1-«4»; 11,2-«3».	Учатся контролировать ЧСС и определять внешние признаки физического утомления при беге.
	Правила Т.Б при прыжках в длину с места. Прыжок в длину с места.	Правила Т.Б при прыжках в длину с места. Прыжок в длину с места. Игра «Гуси лебеди». Влияние бега на здоровье.	Предметные: Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : проходить тестирование прыжка в длину с места. Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.	Исследуют зависимость частоты пульса от скорости ходьбы. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе
	Правила Т.Б при прыжках в длину с места. Прыжок в длину с места – тестирование.	Прыжок в длину с места. Игра « Лиса и куры». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, как выполнять прыжок с места. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : играть в подвижную игру. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.	

	Прыжок в длину с разбега – тестирование. Правила соревнований в прыжках.	Прыжок в длину с разбега. Игра « Прыгающие воробушки». Правила соревнований в прыжках.	Предметные: Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с разбега , правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: играть в подвижную игру. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.	Контролируют частоту дыхания и пульса в зависимости от скорости бега и расстояния.
	Метание набивного мяча на результат – тестирование.	Метание набивного мяча на результат. Игра «попади в мяч». Правила соревнований в метании.	Предметные: Знать, какие способы метания набивного мяча существуют , правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание различными способами. Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.	
	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель с 4-5 м.	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель с 4-5 м. Игра «попади в мяч».	Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют , правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выполнять метание малого мяча на дальность разными способами. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.	Установят взаимосвязь между физическими упражнениями и состоянием своего здоровья, а также физическим развитием человека.
	Метание малого мяча с места на результат - тестирование.	Метание малого мяча с места на результат. Игра «кто дальше бросит». Современное Олимпийское движение.	Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание малого мяча на дальность разными способами. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.	

	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка».	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка».	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	Исследовательская работа (динамика в конце учебного года): установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося.
	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка».	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка».	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики».	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики».	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики». Эстафеты	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

	ОРУ .Игры «пустое место», «Волк во рву».	ОРУ .Игры «пустое место», «Волк во рву». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
	ОРУ .Игры «пустое место», «Волк во рву».	ОРУ .Игры «пустое место», «Волк во рву». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры».	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры».	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
	ОРУ .Игры «Перестрелка», «Выжигало».	ОРУ .Игры «Перестрелка», «Выжигало». Эстафеты.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Волейбол (5 часов).					
22	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания.	Инструктаж по ТБ . Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Подвижные игры с элементами волейбола.	<p>Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	

23	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания.	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Подвижные игры с элементами волейбола.	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
24	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания.	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Подвижные игры с элементами волейбола.	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
25	Перемещение в стойке. Передача двумя руками снизу на месте после набрасывания.	Перемещение в стойке. Передача двумя руками снизу на месте после набрасывания. Подвижные игры с элементами волейбола.	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
26	Перемещение в стойке. Передача двумя руками снизу на месте после набрасывания.	Перемещение в стойке. Передача двумя руками снизу на месте после набрасывания. Подвижные игры с элементами волейбола.	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения,	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов).					
27(1)	Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. ОРУ.	Инструктаж по ТБ. Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!» ОРУ. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд.	Предметные: Знать, технику кувырка вперед, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять кувырок вперед. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды, выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. Наблюдение за правильностью выполнения.	
28(2) 3А- 3Б- 3В-	Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. ОРУ.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!» ОРУ. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд.	Предметные: Знать, технику кувырка вперед, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять перекаты в группировке. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью, закаливанием и личным здоровьем каждого.

29(3)	2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине.	ОРУ. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Развитие координационных способностей	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять кувырок вперед. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды, выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. Наблюдение за правильностью выполнения.	
30(4)	2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине.	ОРУ. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Развитие координационных способностей	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять мост из положения лежа. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	Установят взаимосвязь между физической активностью, закаливанием и формированием правильной осанки.
31(5)	2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине.	ОРУ. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. Развитие координационных способностей	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять мост из положения лежа. Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
32(6)	Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!».Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. ОРУ. Развитие координационных способностей	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять стойку на лопатках. Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	

33(7)	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. ОРУ с обручами.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. ОРУ с обручами. Подвижная игра «маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей.	Предметные: Знать, как выполнять перестроения. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные : уметь выполнять висы. Личностные: формирование эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
34(8)	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей.	Предметные: Знать, как выполнять перестроения. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные : уметь выполнять ОРУ с обручами. Личностные: формирование эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
35(9)	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «космонавты». Развитие силовых способностей.	Предметные: Знать, как выполнять вис на согнутых руках. Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь выполнять висы. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и сознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять строевые команды и размыкания, знать правила подвижной игры. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
36(10)	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «космонавты». Развитие силовых способностей.	Предметные: Знать, как выполнять вис на согнутых руках. Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь выполнять ОРУ с обручами. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и сознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	

37(11)	Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Подвижная игра «отгадай, чей голосок». Развитие силовых способностей.	Предметные: Знать, как проходит тестирование подтягивания. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : проходить тестирование подтягивания на перекладине, играть в подвижную игру. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки..	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
38(12)	Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Подвижная игра «отгадай, чей голосок». Развитие силовых способностей.	Предметные: Знать, как проходит тестирование подтягивания. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : проходить тестирование подтягивания на перекладине, играть в подвижную игру. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки..	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
39(13)	Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня.	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня. Игра «посадка картофеля». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять ходьбу по бревну. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять строевые команды Корректировка выполнения команд.	
40(14)	Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня.	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня. Игра «не ошибись». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять перелезание через коня. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через коня. Корректировка выполнения команд.	

41(15)	Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня.	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня. Игра «не ошибись». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять перелезание через коня. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через коня. Страховка в сложном месте.	
42(16)	Перелезание через коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Игра «не ошибись». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять лазание по наклонной скамейке. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через горку матов. Страховка в сложном месте.	
43(17)	Перелезание через коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Игра «не ошибись». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять лазание по наклонной скамейке. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через горку матов. Страховка в сложном месте.	
44(18)	Перелезание через коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1м). Перелезание через коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Игра «не ошибись». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять лазание по наклонной скамейке. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через горку матов. Страховка в сложном месте.	

Волейбол (5 часов).

45(19)	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания .Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения..	
46(20)	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания . Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Используют действия данных п/игр для развития координационных способностей. Наблюдение за правильностью выполнения перемещений и передач.	
47(21)	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания . Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.	
48(22)	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания .Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения..	

49(23)	Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания . Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.	
---------------	--	--	--	---	--

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Волейбол (2 часа).					
50(1)	Перемещение в стойке. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Используют действия данных п\игр для развития координационных способностей. Наблюдение за правильностью выполнения перемещений и передач.	

51(2)	Перемещение в стойке. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Лыжная подготовка (20 часов).					
52(3)	Лыжная подготовка. Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту.	Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту. Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок. Техника безопасности на уроке.	Предметные: Знать, какие методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	
53(4)	Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту.	Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту. Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок. Техника безопасности на уроке.	Предметные: Знать, какие методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	Исследуют зависимость частоты пульса от скорости ходьбы на лыжах.

54(5)	Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения	
55(6)	Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения	
56(7)	Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	
57(8)	Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	<p>Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	

58(9)	Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	<p>Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	
59(10)	Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	<p>Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	
60(11)	Совершенствовать: ходьбу скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	<p>Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	
61(12)	Совершенствовать: ходьбу скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	<p>Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	

62(13)	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием Подъём полуёлочкой.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	<p>Предметные: Знать, как выполнять подъем полуёлочкой.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения	
63(14)	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием Подъём полуёлочкой.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	<p>Предметные: Знать, как выполнять подъем полуёлочкой.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения	
64(15)	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами.	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами. Игра перестрелка	<p>Предметные: Знать, как ходить на лыжах разными способами.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах.	
65(16)	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами.	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами. Игра перестрелка	<p>Предметные: Знать, как ходить на лыжах разными способами.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах.	

66(17)	Повороты приставными шагами.	Повороты приставными шагами. Совершенствование спуска на лыжах в основной стойке,	<p>Предметные: Знать, технику спуска на лыжах в основной стойке.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	Наблюдение за правильностью выполнения	
67(18)	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом по дистанции,	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом по дистанции,	<p>Предметные: Знать, как двигаться по дистанции скользящим шагом.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах.	
68(19)	Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 1000 м.	Переноска лыж до места катания. Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 500 метров.	<p>Предметные: Знать, как выполнять спуски под уклон.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	
69(20)	Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 1000 м.	Переноска лыж до места катания. Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 500 метров.	<p>Предметные: Знать, как выполнять спуски под уклон.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах.</p> <p>Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	

70(21)	Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1,5 км.	Переноска лыж до места катания. Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1.5 км.	Предметные: Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	
71(22)	Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1,5 км.	Переноска лыж до места катания. Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1.5 км.	Предметные: Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	
Баскетбол (6 часов).					
72(23)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «бросай и поймай». Развитие координационных способностей. ТБ на уроке спортивных игр	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

73(24)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «бросай и поймай». Развитие координационных способностей. ТБ на уроке спортивных игр	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
74(25)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «мяч-среднему». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
75(26)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении шагом. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «мяч-среднему». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
76(27)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Броски в цель . ОРУ.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Броски в цель . ОРУ. Игра «борьба за мяч ». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

77(28)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Броски в цель . ОРУ.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Броски в цель . ОРУ. Игра «борьба за мяч ». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом.</p> <p>Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом.</p> <p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	Уметь владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Итого: 3 четверть : 28 часов.					

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Баскетбол (6 часов).					
78(1)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ.	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игры «обгони мяч», «перестрелка». Развитие координационных способностей.	<p>Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом.</p> <p>Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

79(2)	Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ.	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игры «обгони мяч», «перестрелка». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
80(3)	Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
81(4)	Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
82(5)	Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ.	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «мяч соседу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

83(6)	Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ.	Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «мяч соседу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Подвижные игры (7 часов).					
84(7)	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения	
85(8)	ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка». Эстафеты.	ОРУ . ОРУ .Игры «К своим флажкам», «удочка». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
86(9)	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка». Эстафеты.Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

87(10)	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Кто обгонит», «Перестрелка». Эстафеты.азвитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
88(11)	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики». Эстафеты.	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики». Эстафеты.Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
89(12)	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики». Эстафеты.	ОРУ .Игры «через кочки и пенёчки», «кузнечики». Эстафеты.Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
90(13)	ОРУ .Игры «попади в мяч», «Волк во рву». Эстафеты.	ОРУ .Игры «попади в мяч», «Волк во рву». Эстафеты.Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Легкоатлетические упражнения (13 часов).					

91(14)	Бег (30 метров). Сочетание различных видов ходьбы. ОРУ	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (30 метров). Подвижная игра «Воробьи вороны» .ОРУ	Предметные: Знать, как бегать 30 метров. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бегать 30 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Знать правила ТБ. правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контролируют ЧСС и уровень физической нагрузки.
92(15)	Бег (30 метров). Сочетание различных видов ходьбы. ОРУ	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег(60м). ОРУ. Подвижная игра «День, ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Предметные: Знать, как бегать 30 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бегать 30 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Наблюдение за правильностью выполнения.	Учатся контролировать ЧСС и определять внешние признаки физического утомления при беге.
93(16)	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег(60м). ОРУ.	Прыжок в длину с места. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты».	Предметные: Знать, как бегать 60 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бегать 60 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контроль частоты дыхания и пульса в зависимости от скорости бега и расстояния.
94(17)	Прыжок в длину с места. Эстафеты.	Прыжок в длину с места-промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как выполнять прыжок в длину с места.. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в игры. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Наблюдение за правильностью выполнения.	

95(18)	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 метров.	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 метров – промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как метать малый мяч в цель 2\2 метра. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : проходить тестирование метания малого мяча на точность. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Наблюдение за правильностью выполнения.	
96(19)	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 метров.	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 м.-промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как метать малый мяч в цель 2\2 метра. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : проходить тестирование метания малого мяча на точность. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Исследовательская работа установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося.
97(20)	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Итоговое контрольное тестирование.	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты.	Предметные: Знать, как метать набивной мяч из различных положений. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать набивной мяч из различных положений. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	
98(21)	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Эстафеты	Метание малого мяча в цель(2\2) с 3-4 метров. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты.	Предметные: Знать, как метать набивной мяч из различных положений. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать набивной мяч из различных положений на дальность. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Научатся правильно выполнять основные движения в метании, метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Метать набивной мяч.	Контролируют ЧСС и уровень физической нагрузки.

99(22)	Метание набивного мяча вперёд-вверх на дальность и на заданное расстояние.	Метание малого мяча в цель(2\2) с 3-4 метров. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты.	Предметные: Знать, как метать набивной мяч из различных положений. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать набивной мяч из различных положений на дальность. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Научатся правильно выполнять основные движения в метании, метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Метать набивной мяч.	
100(23)	Метание набивного мяча вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние.	Метание малого мяча в цель с 3-4м. ОРУ. Эстафеты.	Предметные: Знать, как метать набивной мяч из различных положений. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать набивной мяч из различных положений на дальность. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Научатся правильно выполнять основные движения в метании, метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Метать набивной мяч.	
101(24)	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег(60м). ОРУ.	Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты».	Предметные: Знать, как бегать 60 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бегать 60 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	
102(25)	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег(60м). ОРУ.	Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты».	Предметные: Знать, как бегать 60 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бегать 60 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	

Тематический план учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся на основе ФГОС НОО 4 класса.

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Легкоатлетические упражнения (10 часов).					
1 4А- 4Б- 4В- 4Г- 4Д-	Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Встречная эстафета.	Инструктаж по ТБ. Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон».	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: знать как бегать в заданном коридоре. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в ходьбе, беге. Знать правила Т.Б.	
2 4А- 4Б- 4В-	Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Встречная эстафета.	Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон».	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: знать как бегать в заданном коридоре. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильным выполнением основных движений в ходьбе, беге. Бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	Исследовательская работа : установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося.

3 4А- 4Б- 4В-	Бег на скорость (30,60м). Круговая эстафета. Игра	Бег на скорость (30,60м). Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Игра «кот и мыши».	Предметные: Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры. Знать правила подвижных игр. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: знать как играть в подвижные игры. Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в ходьбе, беге. Бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	
4 4А- 4Б- 4В-	Бег на результат (30,60м). Круговая эстафета. Игра	Бег на результат (30,60м). Круговая эстафета. Игра «невод». Развитие скоростных способностей.	Предметные: Знать, как проходит тестирование бега на 30 метров с высокого старта, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: проходить тестирование бега 30 метров с высокого старта. Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Бег 30м. (тестирование) <u>Мальчики</u> – «5» - 5,0; «4» - 5,5 «3» - 6,0; <u>Девочки</u> – «5» - 5,2; «4» - 5,7 «3» - 6,0; Бег 60м: м-10,0с д-10,5с.	Исследуют зависимость частоты пульса от скорости ходьбы. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе
5 4А- 4Б- 4В-	Прыжок в длину с места. Правила Т.Б при прыжках в длину с места. Прыжок по заданным ориентирам.	Прыжок в длину с места. Правила Т.Б при прыжках в длину с места. Прыжок по заданным ориентирам. Игра « Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых способностей. Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : проходить тестирование прыжка в длину с места. Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.	
6 4А- 4Б- 4В-	Прыжок в длину с места. Тройной прыжок с места. Челночный бег.	Прыжок в длину с места. Тройной прыжок с места. Челночный бег. Игра « Шишки, жёлуди, орехи». Развитие скоростно-силовых способностей.	Предметные: Знать, как выполнять прыжок в длину с места. Метапредметные: Коммуникативные : сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : играть в подвижную игру. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в прыжках. Правильно приземляться на две ноги.	

7 4А- 4Б- 4В-	Челночный бег. Бег по пересечённой местности 1 км.	Челночный бег. Игра « Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Бег по пересечённой местности 1 км.	Предметные: Знать, как проходит тестирование челночного бега 3\10м, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : играть в подвижную игру. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Челночный бег3\10(тестирование) мальчики: 9,1-«5»; 10,0-9,5-«4»; 10,4 -«3» Девочки: 9,7-«5»; 10,7-10,1-«4»; 11,2-«3».	Контролируют частоту дыхания и пульса в зависимости от скорости бега и расстояния.
8 4А- 4Б- 4В-	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и заданное расстояние.	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4-5 м. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Невод».	Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют , правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : выполнять метание различными способами. Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.	
9 4А- 4Б- 4В-	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и заданное расстояние. Метание набивного мяча.	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и заданное расстояние. Метание набивного мяча. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Третий лишний».	Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют , правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные : выполнять метание малого мяча на дальность разными способами. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.	
10 4А- 4Б- 4В-	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и заданное расстояние. Метание набивного мяча.	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и заданное расстояние. Метание набивного мяча. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Охотники и утки».	Предметные: Знать, какие способы метания малого мяча существуют , правила подвижной игры. Метапредметные: : Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные : выполнять метание малого мяча на дальность разными способами. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Наблюдение за правильностью выполнения основных движений в метании, метать различные предметы и мячи на дальность.	

Подвижные игры (11 часов).

11 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
12 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Класс смирно», «Перестрелка». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
13 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

14 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Метко в цель», «Через кочки и пенёчки». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
15 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
16 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Ловишка», «Займи своё место». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

17 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
18 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Жмурки», «Гуси лебеди». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
19 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

20 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Выжигало», «Третий лишний». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, 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 : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
21 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Совушка», «Мяч соседу». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	<p>Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры.</p> <p>Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
<p align="center">Волейбол (5 часов).</p>					
22 4А- 4Б- 4В-	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху, снизу на месте. Эстафеты.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола. Инструктаж по ТБ	<p>Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока.</p> <p>Метапредметные: : Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру.</p> <p>Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	

23 4А- 4Б- 4В-	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху, снизу на месте. Эстафеты.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками с низу на месте.. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
24 4А- 4Б- 4В-	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху, снизу на месте. Эстафеты.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками с низу на месте.. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
25 4А- 4Б- 4В-	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху, снизу на месте. Эстафеты.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками с низу на месте.. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
26 4А- 4Б- 4В-	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху, снизу на месте. Эстафеты.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками с низу на месте.. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов).					
27(1) 4А- 4Б- 4В-	Ходьба по бревну большими шагами и выпадами. Повторить название гимнастических снарядов.	ОРУ. Кувырок вперёд, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами. Повторить название гимнастических снарядов. Инструктаж по ТБ	Предметные: Знать, технику кувырка вперед, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь ходить по бревну. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды, выполнять акробатические элементы отдельно и комбинации. Наблюдение за правильностью выполнения.	
28(2) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках.	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Игра «Фигуры». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику кувырка вперед, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять кувырок вперед. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы. Наблюдение за правильностью выполнения.	

29(3) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках.	ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Игра «Фигуры». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять кувырок вперед. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды, выполнять акробатические элементы раздельно и комбинации. Наблюдение за правильностью выполнения.	
30(4) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках.	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «точный расчёт».	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять мост. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Уметь выполнять строевые команды и акробатические элементы. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
31(5) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках.	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «точный расчёт».	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять кувырок вперед, назад. Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
32(6) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках.	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «точный расчёт».	Предметные: Знать, технику стойки на лопатках. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять стойку на лопатках. Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	

33(7) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках.	ОРУ. Мост. Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «точный расчёт».	Предметные: Знать, как выполнять перестроения. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные : уметь выполнять ходьбу по бревну. Личностные: формирование эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
34(8) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги.	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств.	Предметные: Знать, как выполнять перестроения. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные : уметь выполнять ОРУ с гимнастической палкой. Личностные: формирование эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
35(9) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги.	ОРУ с гимнастической палкой. Вис на согнутых руках, согнув ноги. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств.	Предметные: Знать, как выполнять вис на согнутых руках. Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь выполнять вис на согнутых руках. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и сознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять строевые команды и размыкания, знать правила подвижной игры. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
36(10) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе.	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «не ошибись». Развитие силовых качеств.	Предметные: Знать, как выполнять вис на согнутых руках. Метапредметные: Коммуникативные : оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь выполнять ОРУ с обручами. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и сознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в висе. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	

37 (11) 4А- 4Б- 4В-	На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в вися, подтягивания в вися.	ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в вися, подтягивания в вися. Эстафеты. Игра «не ошибись». Развитие силовых качеств.	Предметные: Знать, как проходит тестирование подтягивания. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : проходить тестирование подтягивания на перекладине, играть в подвижную игру. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки..	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в вися. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
38(12) 4А- 4Б- 4В-	На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в вися, подтягивания в вися.	ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в вися, подтягивания в вися. Эстафеты. Игра «не ошибись». Развитие силовых качеств.	Предметные: Знать, как проходит тестирование подтягивания. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : проходить тестирование подтягивания на перекладине, играть в подвижную игру. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки..	Уметь выполнять строевые команды и висы, подтягивания в вися. Корректировка акробатических элементов. Наблюдение за правильностью выполнения.	
39(13) 4А- 4Б- 4В-	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через препятствия.	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через препятствия. Игра «прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять лазание по гимнастической стенке. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь выполнять строевые команды Корректировка выполнения команд.	
40(14) 4А- 4Б- 4В-	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через препятствия	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через препятствия. Игра «прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять ОРУ в движении. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через коня. Корректировка выполнения команд.	

41(15) 4А- 4Б- 4В-	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через препятствия.	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через препятствия. Игра «прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять перелезания. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через коня. Страховка в сложном месте.	
42(16) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять опорный прыжок на горку матов. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через горку матов. Страховка в сложном месте.	
43(17) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять ОРУ в движении. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через горку матов. Страховка в сложном месте.	
44(18) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.	ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. Игра «лисы и куры». Развитие скоростно-силовых качеств.	Предметные: Знать, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять вскок в упор на коленях, соскок. Личностные: развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.	Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять перелезание через горку матов. Страховка в сложном месте.	

Волейбол (5 часов).

45(19) 4А- 4Б- 4В-	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания . Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения..	
46(20) 4А- 4Б- 4В-	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания . Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Используют действия данных п/игр для развития координационных способностей. Наблюдение за правильностью выполнения перемещений и передач.	
47(21) 4А- 4Б- 4В-	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.	
48(22) 4А- 4Б- 4В-	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.	

49(23) 4А- 4Б- 4В-	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения набрасывания мяча. Описывают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют типичные ошибки.	
---------------------------------	--	--	--	---	--

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Волейбол (2 часа).					

50(1) 4А- 4Б- 4В-	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Используют действия данных п/игр для развития координационных способностей. Наблюдение за правильностью выполнения.	
51(2) 4А- 4Б- 4В-	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте после набрасывания. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты	Предметные: Знать, технику перемещений в стойке игрока. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь правильно выполнять приём и передачу мяча. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Лыжная подготовка (21 час).					
52(3) 4А- 4Б- 4В-	Лыжная подготовка. Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту.	Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту. Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок. Техника безопасности на уроке.	Предметные: Знать, какие методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	

53(4) 4А- 4Б- 4В-	Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту.	Температурный режим. Одежда лыжника. Подбор лыжного инвентаря по росту. Переноска лыж до места катания. Ходьба ступающим шагом без палок. Техника безопасности на уроке.	Предметные: Знать, какие методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	Исследуют зависимость частоты пульса от скорости ходьбы на лыжах.
54(5) 4А- 4Б- 4В-	Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Предметные: Знать, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения	
55(6) 4А- 4Б- 4В-	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Предметные: Знать, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения	

56(7) 4А- 4Б- 4В-	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Совершенствовать : ходьбу ступающим шагом без палок.	Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	
57(8) 4А- 4Б- 4В-	Переноска лыж до места катания. Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	
58(9) 4А- 4Б- 4В-	Переноска лыж до места катания. Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	Переноска лыж до места катания. Закрепить: ходьбу ступающим шагом без палок.	Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	

59(10) 4А- 4Б- 4В-	Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения.	
60(11) 4А- 4Б- 4В-	Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Переноска лыж до места катания. Ходьба скользящим шагом без палок, переход с одной лыжи на другую.	Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	
61(12) 4А- 4Б- 4В-	Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	Предметные: Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Уметь выполнять технику передвижения на лыжах. Корректировка техники исполнения.	
62(13) 4А- 4Б- 4В-	Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	Предметные: Знать, как выполнять подъём полуёлочкой. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения	

63(14) 4А- 4Б- 4В-	Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	Переноска лыж до места катания. Повороты переступанием. Подъём полуёлочкой.	Предметные: Знать, как выполнять подъём полуёлочкой. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Наблюдение за правильностью выполнения	
64(15) 4А- 4Б- 4В-	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами.	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами. Игра перестрелка	Предметные: Знать, как ходить на лыжах разными способами. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах.	
65(16) 4А- 4Б- 4В-	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами.	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами. Игра перестрелка	Предметные: Знать, как ходить на лыжах разными способами. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки. Личностные: развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах.	
66(17) 4А- 4Б- 4В-	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами.	Повороты приставными шагами. Совершенствование спуска на лыжах в основной стойке,	Предметные: Знать, технику спуска на лыжах в основной стойке. Метапредметные: Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Наблюдение за правильностью выполнения	

67(18) 4А- 4Б- 4В-	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом по дистанции.	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом по дистанции.	Предметные: Знать, технику спуска на лыжах в основной стойке. Метапредметные: Коммуникативные : добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Наблюдение за правильностью выполнения	
68(19) 4А- 4Б- 4В-	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом по дистанции.	Совершенствование умения передвижения скользящим шагом по дистанции.	Предметные: Знать, как двигаться по дистанции скользящим шагом. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные : формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах.	
69(20) 4А- 4Б- 4В-	Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 1000 м.	Переноска лыж до места катания. Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 1000 метров.	Предметные: Знать, как выполнять спуски под уклон. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	
70(21) 4А- 4Б- 4В-	Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 1000 м.	Переноска лыж до места катания. Подъёмы и небольшие спуски под уклон. Передвижение на лыжах 1000 метров.	Предметные: Знать, как выполнять спуски под уклон. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	

71(22) 4А- 4Б- 4В-	Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1,5 км.	Переноска лыж до места катания. Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1.5 км.	Предметные: Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	
72(23) 4А- 4Б- 4В-	Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1,5 км.	Переноска лыж до места катания. Эстафеты на лыжах. Передвижения на лыжах до 1.5 км.	Предметные: Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные : пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся выполнять технику передвижения на лыжах. Наблюдение за правильностью выполнения	
Баскетбол (6 часов).					
73(24) 4А- 4Б- 4В-	Бросок мяча снизу на месте. Ведение мяча с высоким отскоком. Ловля мяча на месте. ОРУ.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Ведение мяча с высоким отскоком. ОРУ. Игра «бросай и поймай». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

74(25) 4А- 4Б- 4В-	Бросок мяча снизу на месте. Ведение мяча с высоким отскоком. Ловля мяча на месте. ОРУ.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Ведение мяча с высоким отскоком. ОРУ. Игра «бросай и поймай». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
75(26) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком.	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
76(27) 4А- 4Б- 4В-	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. ОРУ.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. ОРУ. Ведение мяча с низким отскоком. Игра «подвижная цель». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, какие упражнения совершенствуют броски в щит. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр.	
77(28) 4А- 4Б- 4В-	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. ОРУ.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. ОРУ. Ведение мяча с низким отскоком. Игра «подвижная цель». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

78(29) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Эстафеты. Игра «овладей мячом». Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Уметь владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
---------------------------------	--	---	--	--	--

№ урока. Дата.	Тема урока. Тип урока.	Основное содержание.	Планируемые результаты обучения.	Виды деятельности учащихся (формы контроля).	Неурочные формы деятельности учащихся.
1	2	3	4	5	6
Баскетбол (6 часов).					
79(1) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игры «мяч ловцу», «салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

80(2) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игры «мяч ловцу», «салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, технику ведения мяча, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь выполнять ведение мяча, играть в игры с мячом. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
81(3) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игры «мяч ловцу», «салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
82(4) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игры «мяч ловцу», «салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
83(5) 13/04/17	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игры «мяч ловцу», «салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	

84(6) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении.	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Ведение мяча правой (левой) рукой. Эстафеты. Игры «мяч ловцу», «салки с мячом». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Предметные: Знать, правила спортивной игры «Баскетбол». Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в мини - баскетбол. Личностные: развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Научатся владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Подвижные игры (7 часов).					
85(7) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения	Исследовательская работа: установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося.
86(8) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

87(9) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
88(10) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Пятнашки», «Лисы и куры». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
89(11) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Удочка», «Точный расчёт». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Удочка», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
90(12) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Удочка», «Точный расчёт». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Удочка», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные : развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения принятие и освоение социальной роли обучающегося.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	

91(13) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ .Игры «Компас», «Передал садись». Эстафеты.	ОРУ .Игры «Компас», «Передал садись». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых качеств.	Предметные: Знать, как играть в подвижную игру, правила подвижной игры. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Наблюдение за правильностью выполнения.	
Легкоатлетические упражнения (11 часов).					
92(14) 4А- 4Б- 4В-	Бег (30 метров). Сочетание различных видов ходьбы. ОРУ	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (30 метров). Подвижная игра «Воробы вороны» .ОРУ	Предметные: Знать, как бегать 30 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бегать 30 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Знать правила ТБ. правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Наблюдение за правильностью выполнения.	Учатся контролировать ЧСС и определять внешние признаки физического утомления при беге.
93(15) 4А- 4Б- 4В-	Бег в заданном коридоре. Бег(60м). Сочетание различных видов ходьбы. ОРУ	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег(60м). ОРУ. Подвижная игра «День, ночь». Эстафеты.	Предметные: Знать, как бегать 30 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : уметь бегать 30 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контроль частоты дыхания и пульса в зависимости от скорости бега и расстояния.
94(16) 4А- 4Б- 4В-	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег(60м). ОРУ.	Прыжок в длину с места- промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как бегать 60 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь бегать 60 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контролируют ЧСС и уровень физической нагрузки.

95(17) 4А- 4Б- 4В-	Прыжок в высоту с разбега с 3-4 шагов. Эстафеты. ОРУ.	Прыжок в высоту с разбега с 3-4 шагов-промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как выполнять прыжок в длину с места.. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в игры. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	Учатся контролировать ЧСС и определять внешние признаки физического утомления
96(18) 4А- 4Б- 4В-	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 метров ОРУ.	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 метров-промежуточное тестирование.	Предметные: Знать, как метать малый мяч в цель 2\2 метра. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : проходить тестирование метания малого мяча на точность. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	
97(19) 4А- 4Б- 4В-	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 метров ОРУ. Итоговое контрольное тестирование.	Метание малого мяча в цель (2\2) с 3-4 метров .ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты.	Предметные: Знать, как метать малый мяч в цель 2\2 метра. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : проходить тестирование метания малого мяча на точность. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	
98(20) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений.	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты.	Предметные: Знать, как метать набивной мяч из различных положений. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные :контролировать свою деятельность по результату. Познавательные : бросать набивной мяч из различных положений. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Метать набивной мяч. Наблюдение за правильностью выполнения.	Контролируют ЧСС и уровень физической нагрузки.

99(21) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Бег 1000 метров - тестирование.	ОРУ. Бег 1000 метров - тестирование. Подвижная игра «Футбол» Развитие скоростных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Исследовательская работа (динамика в конце учебного года): установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося
100(22) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Бег 1000 метров.	ОРУ. Бег 1000 метров. Подвижная игра «Футбол» Развитие скоростных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	Исследовательская работа (динамика в конце учебного года): установление взаимосвязи между физической активностью и физическим развитием каждого обучающегося
101(23) 4А- 4Б- 4В-	ОРУ. Бег 1000 метров.	ОРУ. Бег 1000 метров. Подвижная игра «Футбол» Развитие скоростных способностей.	Предметные: Знать, как выполнять комплекс ОРУ. Метапредметные: Коммуникативные : слушать и слышать друг друга, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : соблюдать скоростной режим на длинной дистанции. Личностные: развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений, метать в цель. Наблюдение за правильностью выполнения.	
102(24) 4А- 4Б- 4В-	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег(60м). ОРУ.	Прыжок в длину с места. Бег в заданном коридоре. Бег (60м). Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты».	Предметные: Знать, как бегать 60 метров. Метапредметные: Коммуникативные : работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные : определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные : уметь бегать 60 метров с высокого старта, играть в подвижную игру. Личностные: умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	Научатся правильно выполнять основные движения в прыжках. Наблюдение за правильностью выполнения.	

