


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ВТОРАЯ НОВОСИБИРСКАЯ ГИМНАЗИЯ»

РАССМОТРЕНО
на заседании кафедры
24 августа 2015 г.
Рук. М.О. учителей Ф.К.

 С.В.Турчиненко

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МАОУ «ВНГ» №1
от 27 августа 2015 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По физической культуре
для 3 классов
на 2015- 2016 учебный год
Всего часов (фактическое) 102

Количество часов, отводимых на изучение предмета по программе 102

Рабочая программа разработана на основе Федерального Государственного
Образовательного Стандарта Второго Поколения для начальной школы
Авторы: Б.Б. Егоров, Ю.Е. Пересадина

Составитель: Растегина
учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

К рабочей программе по физической культуре для учащихся

3-х классов.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение,2010).

Программный материал делится на две части- базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент(лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Цель:

формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета дисциплины «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний, двигательных навыков и умений.

Для достижения поставленных целей изучения физической культуры в начальной школе необходимо решение следующих практических **задач:**

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

– обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Общая характеристика учебного предмета

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Освоение предмета данной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися предмета физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью, входят:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение физической культуры в начальной школе выделяется 405 часов, из них 102 часа в 3-х классах (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

Распределение учебных часов по разделам программы

	Тема	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	4
2	Гимнастика с элементами акробатики	29

3	Лёгкая атлетика	25
4	Лыжная подготовка	12
5	Подвижные и спортивные игры	32
	Общее кол-во часов	102

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

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

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

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Регулятивные УУД:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Коммуникативные УУД:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- контролировать действия партнёра;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» является формирование следующих умений.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные

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

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

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;

Содержание тем учебного курса

3 класс

Знания о физической культуре

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

Способы физкультурной деятельности

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

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

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

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

Легкая атлетика

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

Лыжные гонки

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

Поворот переступанием.

Подвижные игры

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

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

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

На материале спортивных игр:

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

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

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

Уровень физической подготовленности

3 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в	5	4	3			

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

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

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

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

старт не из требуемого положения;

отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;

бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;

не синхронность выполнения упражнения.

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

Характеристика цифровой оценки (отметки)

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

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

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

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

В 3 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе.

В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат(секунды, количество, длину, высоту).

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование- безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами.

Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяются учителем перед уроком.

Спортивный инвентарь используемый на уроке:

бревно напольное (3м),
козел гимнастический,
перекладина гимнастическая (пристеночная)
стенка гимнастическая,
скамейка гимнастическая жёсткая (2 м; 4м),
комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты),
мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные,
палка гимнастическая,
скакалка детская,
мат гимнастический,
акробатическая дорожка,
гимнастический подкидной мостик,
коврики: гимнастические, массажные,
кегли,
обруч пластиковый детский,
планка для прыжков в высоту,
стойка для прыжков в высоту,
флажки: разметочные с опорой, стартовые,
лента финишная,
дорожка разметочная резиновая для прыжков,
рулетка измерительная.

№ уро-ка	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)
	план	факт					
1	2	3	4	5	6	7	8
Знания о физической культуре							
1			Органи-зационно-мето-дические требования на уроках физической культуры	Комбини рованный	Здоровьесбере-жения, инфор-мационно-ком-муникационные, коллективного выполнения за-дания	Ознакомление учеников с организационно-методическими требованиями, применяемыми на уроках физической культуры, повторение строевых упражнений, повторение подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Организационно-мето-дические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»
Легкая атлетика							
2			Тестиро-вание бега на 30 м с высокого старта	Кон трольный	Здоровьесбереже-ния, самоанализа и коррекции дей-ствий, развития навыков само-диагностики	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, по-вторение подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	Беговая разминка, те-стирование бега на 30 м с высокого старта, по-движные игры «Салки» и «Салки — дай руку»
3			Техника челночного бега	Комбини рованный	Здоровьесбере-жения, развиваю-щего обучения, коллективного выполнения за-дания	Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, проведение подвижной игры «Прерванные пятнашки», повторение подвижной игры «Колдунчики»	Разминка в движении, челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»
4			Тести-рование челночного бега 3 x 10 м	Кон трольный	Здоровьесбереже-ния, самоанализа и коррекции дей-ствий, развития навыков само-диагностики	Повторение разминки в движении, проведение тестирования челночного бега 3 x 10 м, разучивание подвижной игры «Собачки ногами»	Разминка в движении, тестирование челночного бега 3 x Юм, подвижная игра «Собачки ногами»

Планируемые результаты			Комментарий учителя
Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД	
9	10	11	12
Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки — дай руку»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки — дай руку»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x Юм, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x 10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	

1	2	3	4	5	6	7	8
5			Способы метания мешочка (мяча) на дальность	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития исполнительских навыков, коллективного выполнения задания	-Разучивание беговой разминки, знакомство с техникой метания мешочка (мяча) на дальность различными способами, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Беговая разминка, различные способы метания мешочка на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»
6			Тестирование метания мешочка на дальность	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	-Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания мешочка на дальность, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»
Знания о физической культуре							
7			Пас и его значение для спортивных игр с мячом	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, информационно-коммуникационные	-Разучивание разминки в движении, знакомство различными вариантами паса мяча ногой, разучивание правил спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Футбол»
Подвижные и спортивные игры							
8			Спортивная игра «Футбол»	Репродуктивный	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, информационно-коммуникационные	Повторение разминки в движении и различных вариантов паса мяча ногой, проведение спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении, варианты паса мяча ногой, правила спортивной игры «Футбол»
Легкая атлетика							
9			Прыжок в длину разбега	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки на месте, повторение техники прыжка в длину с разбега, повторение спортивной игры «Футбол»	Разминка на месте, техника прыжка в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»

9	10	11	12
Знать, какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	Формирование чувства гордости за свою Родину и историю России, развитие мотивов осознания личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	

1	2	3	4	5	6	7	8
10			Прыжки в длину разбега на результат	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков	Повторение разминки на месте, выполнение прыжков в длину с разбега на результат, повторение подвижной игры «Собачки ногами»	Разминка на месте, прыжки в длину с разбега на результат, подвижная игра «Собачки ногами»
11			Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Контрольный	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Разучивание разминки в движении по кругу, контрольное выполнение прыжков в длину с разбега, повторение спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении по кругу, контрольные прыжки в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»
Подвижные и спортивные игры							
12			Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	Контрольный	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Повторение разминки в движении по кругу, повторение правил спортивной игры «Футбол», контрольное выполнение бросков мяча из-за боковой (аут), контрольная игра в футбол	Разминка в движении по кругу, правила спортивной игры «Футбол», броски мяча из-за боковой, контрольная игра в футбол
Легкая атлетика							
13			Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки с малым мячом, проведение тестирования по метанию малого мяча на точность, проведение подвижной игры «Вышибалы»	Разминка с малым мячом, тестирование метания малого мяча на точность, подвижная игра «Вышибалы»
Гимнастика с элементами акробатики							
14			Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, разучивание подвижной игры «Белые медведи»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Белые медведи»

9	10	11	12
Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	
Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками</p>	
Знать, как проходит контрольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за боковой	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками</p>	
Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	
Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	

1	2	3	4	5	6	7	8
15			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Повторение разминки, направленной на развитие гибкости, проведение тестирования по подъему туловища из положения лежа за 30 с, повторение подвижной игры «Белые медведи»	Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Белые медведи»
Легкая атлетика							
16			Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Разучивание прыжковой разминки, проведение тестирования прыжка в длину с места, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Прыжковая разминка, тестирование прыжка в длину с места, подвижная игра «Волк во рву»
Гимнастика с элементами акробатики							
17			Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Повторение прыжковой разминки, проведение тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение подвижной игры «Волк во рву»	Прыжковая разминка, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Волк во рву»
18			Тестирование виса на время	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Разучивание разминки с гимнастическими палками, проведение тестирования виса на время, повторение подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	Разминка с гимнастическими палками, тестирование виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»
Подвижные и спортивные игры							
19			Подвижная игра «Перестрелка»	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения	Разучивание разминки с мячами, повторение бросков и ловли мяча, разучивание подвижной игры «Перестрелка»	Разминка с мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Перестрелка»

9	10	11	12
Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила игры «Волк во рву»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	<p>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 «Перестрелка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	

1	2	3	4	5	6	7	8
20			Футбольные упражнения	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с мячом, футбольных упражнений, повторение подвижной игры «Перестрелка»	Разминка с мячом, футбольные упражнения, подвижная игра «Перестрелка»
21			Футбольные упражнения в парах	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные развивающего обучения	Разучивание разминки с мячами в парах, футбольных упражнений в парах, разучивание подвижной игры «Пустое место»	Разминка с мячами в парах, футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»
22			Различные варианты футбольных упражнений в парах	Репродуктивный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные развивающего обучения	Повторение разминки с мячами в парах, проведение футбольных упражнений в парах, повторение подвижной игры «Пустое место»	Разминка с мячами в парах, футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»
23			Подвижная игра «Осада города»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогического сотрудничества	Разучивание разминки с мячом в парах, повторение техники бросков и ловли мяча в парах, проведение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом в парах, техника бросков и ловли мяча в парах, подвижная игра «Осада города»
24			Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогического сотрудничества, развивающего обучения	Повторение разминки с мячом в парах, разучивание упражнений с двумя мячами в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Осада города»
Знания о физической культуре							
25			Закаливание	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, информационно-коммуникационные	Знакомство с закаливанием, разучивание разминки с мячом, повторение упражнений с двумя мячами в парах, разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	Закаливание, разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Подвижная цель»

9	10	11	12
Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь закаляться,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

1	2	3	4	5	6	7	8
Подвижные и спортивные игры							
26			Ведение мяча	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Повторение правил закаливания и разминки с мячом, совершенствование техники ведения мяча, повторение подвижной игры «Подвижная цель»	Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»
27			Подвижные игры	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Разучивание разминки в движении, проведение 2—3 игр по желанию учеников, подведение итогов четверти	Разминка в движении, 2—3 подвижные игры, подведение итогов четверти
Гимнастика с элементами акробатики							
28			Кувырок вперед	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки на матах, повторение техники кувырка вперед, проведение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах, техника кувырка вперед, подвижная игра «Удочка»
29			Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки на матах, повторение техники кувырка вперед с разбега, разучивание кувырка вперед через препятствие	Разминка на матах, техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие

1	2	3	4	5	6	7	8
30			Варианты выполнения кувырка вперед	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки на матах с резиновыми кольцами, разучивание различных вариантов выполнения кувырка вперед, проведение игрового упражнения на внимание	Разминка на матах с резиновыми кольцами, варианты выполнения кувырка вперед, игровое упражнение на внимаш
31			Кувырок назад	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки на матах с резиновыми кольцами, разучивание кувырка назад, повторение подвижной игры «Удочка»	Разминка на матах с резиновыми кольцами, техника кувырка назад, подвижная игра «Удочка»
32			Кувырки	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки с массажным мячом («ежиком»), совершенствование техники выполнения кувырка вперед, повторение техники выполнения кувырка назад, разучивание подвижной игры «Мяч в туннеле»	Разминка с массажным мячом, кувырок вперед, подвижная игра «Мяч в туннеле»
33			Круговая тренировка	Репродуктивный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с массажным мячом, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Мяч в туннеле»	Разминка с массажным мячом, круговая тренировка, подвижная игра «Мяч в туннеле»
34			Стойка на голове	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки с гимнастическими палками, повторение техники выполнения стойки на голове, разучивание подвижной игры «Парашютисты»	Разминка с гимнастическими палками, техника выполнения стойки на голове, подвижная игра «Парашютисты»

Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь закаляться,</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>
---	---	---

9	10	11	12
Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную и фу «Мяч в туннеле»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	
Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	

1	2	3	4	5	6	7	8
35			Стойка на руках	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки с гимнастическими палками, совершенствование техники выполнения стойки на голове, разучивание техники выполнения стойки на руках, повторение подвижной игры «Парашютисты»	Разминка с гимнастическими палками, стойка на голове, стойка на руках, подвижная игра «Парашютисты»
36			Круговая тренировка	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения	Разучивание разминки, направленной на сохранение правильной осанки, повторение техники выполнения стойки на голове и на руках, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Волшебные елочки»	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, стойка на голове и руках, круговая тренировка, подвижная игра «Волшебные елочки»
37			Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки, направленной на сохранение правильной осанки, совершенствование техники лазанья и перелезания и перелезания на гимнастической стенке, повторение техники виса ногами на перекладине, завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки, лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»
38			Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Разучивание разминки у гимнастической стенки, проведение различных вариантов лазанья и перелезания по гимнастической стенке, совершенствование техники виса завесом одной и двумя ногами на перекладине, проведение подвижной игры «Белочка-защитница»	Разминка у гимнастической стенки, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»
39			Прыжки в скакалку	Комбинированный	Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжков в скакалку, проведение подвижной игры «Горячая линия»	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, подвижная игра «Горячая линия»

9	10	11	12
Знать технику стойки на голове и руках, правила подвижной игры «Парашютисты»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, как выполнять стойку на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Волшебные елочки»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, как выполнять лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, работать в группе. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: лазать и перелезать по гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать технику прыжков в скакалку, правила подвижной игры «Горячая линия»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	

1	2	3	4	5	6	7	8
40			Прыжки в скакалку в тройках	Комбинированный	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества	Повторение разминки со скакалками, повторение прыжков в скакалку, разучивание прыжков в скакалку в тройках, повторение подвижной игры «Горячая линия»	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия»
41			Лазанье по канату в три приема	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки со скакалками, повторение техники прыжка в скакалку в тройках, разучивание три приема, разучивание подвижной игры «Будь осторожен»	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку в тройках, лазанье по канату в три приема, подвижная игра «Будь осторожен»
42			Круговая тренировка	Репродуктивный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, проблемного обучения	Повторение разминки со скакалками, проведение круговой тренировки, повторение подвижной игры «Будь осторожен»	Разминка со скакалками, круговая тренировка, подвижная игра «Будь осторожен»
43			Упражнения на гимнастическом бревне	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, самоанализа и коррекции действий	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, повторение прыжков в скакалку в скакалке в движении, разучивание упражнений на гимнастическом бревне, проведение подвижной игры «Шмель»	Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне, подвижная игра «Шмель»
44			Упражнения на гимнастических кольцах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, самоанализа и коррекции действий	Проведение разминки, направленной на развитие координации движений, повторение упражнений на гимнастическом бревне, повторение упражнений на кольцах, проведение подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	Разминка, направленная на развитие координации движений, упражнения на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»

9	10	11	12
Знать, как выполнять прыжки в скалку и прыжки в скакалку в тройках, правила подвижной игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в подвижную игру «Горячая линия»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
Знать, как про ходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	
Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Шмель»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	

1	2	3	4	5	6	7	8
45			Круговая тренировка	Репродуктивный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки в движении, повторение комбинации на гимнастических кольцах, повторение упражнений на гимнастическом бревне, проведение круговой тренировки, проведение подвижной игры «Салки с домиками»	Разминка в движении, комбинация на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, круговая тренировка, подвижная игра «Салки с домиками»
46			Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Повторение разминки в движении, разучивание вариантов лазанья по наклонной гимнастической скамейке, повторение подвижной игры «Белочка-защитница»	Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, подвижная игра «Белочка-защитница»
47			Варианты вращения обруча	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки с обручами в движении, повторение техники лазанья по наклонной гимнастической скамейке, повторение различных вариантов вращения обруча, разучивание подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	Разминка с обручами, лазанье по наклонной гимнастической скамейке, варианты вращения обруча, подвижная игра «Перебежки с мешочком на голове»
48			Круговая тренировка	Репродуктивный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, самоанализа и коррекции действий	Повторение разминки с обручами в движении, проведение круговой тренировки, проведение 1—2 игр по желанию учеников	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры
Льжная подготовка							
49			Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, коллективного выполнения задания	Повторение организационно-методических требований, применяемых на уроках лыжной подготовки, проверка спортивной формы и инвентаря, повторение техники ступающего и скользящего шага на лыжах без лыжных палок	Организационно-методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки, спортивная форма и метод ее подбора, ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок

9	10	11	12
Знать комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять упражнения на гимнастическом бревне, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки с домиками»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции. Познавательные: выполнять комбинацию на кольцах и упражнения на бревне, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	Коммуникативные: уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: самостоятельно формировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, какие организационно-методические требования применяются на уроках лыжной подготовки, какую спортивную форму надевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	

1	2	3	4	5	6	7	8
50			Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	Комбинированный	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, педагогики сотрудничества	Проверка умения пристегивать крепления, совершенствование техники передвижения ступающим и скользящим шагом без лыжных палок, повторение техники передвижения скользящим и ступающим шагом на лыжах с лыжными палками	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них
51			Повороты на лыжах переступанием и прыжком	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Повторение поворота на лыжах переступанием, разучивание поворота на лыжах прыжком, повторение известных лыжных ходов	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, шаг на лыжах с палками и без них
52			Попеременный двухшажный ход на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, коллективного выполнения задания	Повторение поворотов на лыжах переступанием и прыжком, разучивание поворота на лыжах прыжком, повторение ранее изученных лыжных ходов	Поворот на лыжах переступанием и прыжком, попеременный двухшажный ход на лыжах, ступающий и скользящий шаг на лыжах
53			Одновременный двухшажный ход на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, коллективного выполнения задания	Повторение попеременного двухшажного хода на лыжах, разучивание одновременного двухшажного хода на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах
54			Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Репродуктивный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Совершенствование техники выполнения изученных лыжных ходов, повторение подъема «полуелочкой» и «елочкой» на лыжах, повторение спуска в основной стойке на лыжах	Одновременный двухшажный и попеременный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск в основной стойке на лыжах

9	10	11	12
Знать, как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, как выполнять повороты переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах различными ходами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, как выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: поворачиваться на лыжах прыжком и переступанием, передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, скользящим и ступающим шагом	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать технику передвижения попеременным и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанции 1 км	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полулочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: передвигаться одновременным двухшажным и попеременным двухшажным лыжными ходами, подниматься на склон «полулочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	

1	2	3	4	5	6	7	8
55			Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Повторение подъема на склон «елочкой» и «полуелочкой» на лыжах, разучивание подъема на склон «лесенкой», разучивание торможения «плугом»	Подъем на склон «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», торможение «плугом»
56			Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, педагогики сотрудничества	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах «змейкой», повторение спуска на лыжах «змейкой», совершенствование техники подъема на склон и спуска со склона на лыжах	Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъема на склон, спуск со склона в основной стойке
57			Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Совершенствование техники передвижения на лыжах, повторение передвижения и спуска на лыжах «змейкой», проведение подвижной игры на лыжах «Накаты»	Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змейкой», подвижная игра «Накаты»
58			Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развивающего обучения	Разучивание техники спуска в приседе, повторение подвижной игры на лыжах «Накаты», совершенствование техники передвижения на лыжах	Спуск на лыжах в приседе, подвижная игра «Накаты», передвижение на лыжах различными ходами
59			Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Комбинированный	Здоровьесбережения, развития и следовательских навыков, самоанализа и коррекции действий	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, проведение катания со склона в низкой стойке, проведение свободного катания	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со склона в низкой стойке

9	10	11	12
Знать технику подъема на склон «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», технику торможения «плугом»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: подниматься на склон «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой», тормозить на лыжах плугом»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, 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 на безопасный и здоровый образ	
Знать, как передвигаться на лыжах, как передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой», как подниматься на склон различными способами	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой» и в основной стойке, подниматься на склон различными способами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, как передвигаться на лыжах, спускаться на лыжах «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах, правила подвижной игры «Накаты»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: спускаться на лыжах в приседе, передвигаться на лыжах, играть в подвижную игру «Накаты»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
Знать, как распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах, технику спуска со склона в низкой стойке	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	

60			Контрольный урок по лыжной подготовке	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Повторение ранее изученных лыжных ходов, повторение поворотов переступанием и прыжком на лыжах, повторение техники передвижения на лыжах «змейкой», повторение техники подъема на склон «лесенкой» и спуска в низкой стойке	Ступающий, скользящий шаг на лыжах, попеременный двухшажный и одновременный двухшажный лыжные ходы, повороты переступанием и прыжком на лыжах, передвижение на лыжах «змейкой», подъем на склон «лесенкой», спуск со склона в низкой стойке
Подвижные игры на основе баскетбола							
61			Организационно-методические требования на уроках подвижных игр	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, поэтапное развитие умственных действий	Знакомство организационно-методическими требованиями, разучивание разминки с мячами, повторение бросков и ловли мяча, разучивание подвижной игры «Перестрелка»	Организационно-методические требования, разминка с мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Перестрелка»
62			Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, развивающего обучения	Повторение разминки с мячом в парах, разучивание упражнений с двумя мячами в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»
63			Ведение мяча. Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Повторение правил закаливания и разминки с мячом, совершенствование техники ведения мяча. Повторение подвижной игры Подвижная цель»	Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»
64			Ведение мяча. Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Повторение правил закаливания и разминки с мячом, совершенствование техники ведения мяча. Повторение подвижной игры Подвижная цель»	Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «Подвижная цель»

9	10	11	12
Знать, какие организационно-методические требования предъявляются на уроках броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: определять новое отношение к себе как к субъекту деятельности. Познавательные: Соблюдать организационно-методические требования на уроках	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать, какие организационно-методические требования предъявляются на уроках броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: определять новое отношение к себе как к субъекту деятельности. Познавательные: Соблюдать организационно-методические требования на уроках	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать правила закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Подвижная цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать, как выполнять скольжение на животе, правила подвижной игры в воде «стрелка с мотором»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели. Познавательные: скользить по воде на животе, выполнять игру «стрелка с мотором»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	

1	2	3	4	5	6	7	8
65			Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогике сотрудничества	Повторение разминки с мячом в парах, разучивание упражнений с двумя мячами в парах, повторение подвижной игры «Осада города»	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»
66			Броски и ловля мяча в парах, ведение мяча	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогике сотрудничества, развивающего обучения	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в цель, игра «Передай-сядись»	Владение мячом (держать, передавать на расстояние, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
67			Броски и ловля мяча на месте в круге, ведение мяча с изменением скорости	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, коллективного выполнения задания	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в цель, игра «Мяч среднему»	Владение мячом (держать, передавать на расстояние, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
68			Броски и ловля мяча на месте в круге, ведение мяча с изменением скорости	Комбинированный	Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, поэтапное формирование умственных действий.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в цель, игра «Борьба за мяч»	Владение мячом (держать, передавать на расстояние, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
69			Броски и ловля мяча в движении в квадратах, ведение мяча с изменением скорости и направления	Комбинированный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в цель, игра «Гонка мячей по кругу»	Владение мячом (держать, передавать на расстояние, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол
70			Броски и ловля мяча в парах, ведение мяча с изменением скорости	Комплексный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в цель, игра «Мяч соседу»	Владение мячом (держать, передавать на расстояние, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол

9	10	11	12
Знать, какие организационно-методические требования предъявляются на уроках. Знать, как выполнять броски и ловля мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: Соблюдать организационно методические требования на уроках	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
Знать требования к выполнению бросков и ловле мяча, правила подвижной игры «Передал-садись»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, броски. Играть в подвижную игру «Передал -садись»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
Знать требования к выполнению бросков и ловле мяча, правила подвижной игры «Мяч среднему»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, броски. Играть в подвижную игру «Мяч среднему»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
Знать требования к выполнению бросков и ловле мяча, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, броски. Играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
Уметь владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) Знать правила игры «Гонка мячей по кругу»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, броски. Играть в подвижную игру «Гонка мячей по кругу»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
Знать требования к выполнению бросков и ловле мяча, правила подвижной игры «Мяч соседу»	Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий. Регулятивные: осуществлять итоговый пошаговый контроль. Познавательные: уметь выполнять ведение мяча, броски. Играть в подвижную игру «Мяч соседу»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	

1	2	3	4	5	6	7	8
70			Эстафеты с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с мячами-хопами в парах, проведение эстафет с мячом, проведение подвижных игр с мячами-хопами	Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами
Легкая атлетика							
71			Полоса препятствий	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков	Разучивание разминки в движении, прохождение полосы препятствий, повторение подвижной игры «Удочка»	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»
72			Усложненная полоса препятствий	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития исследовательских навыков	Проведение разминки в движении, прохождение усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка»	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Совушка»
73			Прыжок в высоту прямого разбега	Комбинированный	Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения	Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Разминка с гимнастическими скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»
74			Прыжок в высоту прямого разбега на результат	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, проблемного обучения	Повторение разминки со скамейками, проведение прыжков в высоту с прямого разбега на результат, повторение подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Разминка со скамейками, прыжок в высоту с прямого разбега на результат, подвижная игра «Вышибалы с кеглями»
75			Прыжок в высоту спиной вперед	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки с перевернутыми гимнастическими скамейками, повторение техники прыжка в высоту спиной вперед, совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега, разучивание подвижной игры «Штурм»	Разминка с перевернутыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Штурм»

9	10	11	12
Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
Знать, как преодолевать усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
Знать технику прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, как прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, правила подвижной игры «Штурм»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе	

1	2	3	4	5	6	7	8
76			Прыжки на мячах-хопах	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, проблемного обучения	Разучивание разминки в парах с мячами-хопами, совершенствование техники прыжков на мячах-хопах, проведение подвижной игры «Ловишка на хобах»	Разминка в парах с мячами-хопами, прыжки на мячах-хопах, подвижная игра «Ловишка на хобах»
Подвижные игры							
77			Эстафеты с мячом	Комбинированный	Здоровьесбережения, развивающего обучения, педагогики сотрудничества	Повторение разминки с мячами-хопами в парах, проведение эстафет с мячом, проведение подвижных игр с мячами-хопами	Разминка с мячами-хопами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами
78			Подвижные игры	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, развития навыков обобщения и систематизации знаний	Разучивание беговой разминки, проведение 2—3 подвижных игр, подведение итогов четверти	Беговая разминка, подвижные игры, подведение итогов четверти
Подвижные и спортивные игры							
79			Броски мяча через волейбольную сетку	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, индивидуально-личностного обучения	Разучивание разминки с мячами, повторение техники броска мяча через волейбольную сетку, проведение подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вышибалы через сетку»
80			Подвижная игра «Пионербол»	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, информационно-коммуникационные	Повторение разминки с мячами, разучивание подвижной игры «Пионербол», совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку	Разминка с мячами, подвижная игра «Пионербол», броски мяча через волейбольную сетку
Знания о физической культуре							
81			Волейбол как вид спорта	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, педагогики сотрудничества	Разучивание разминки с мячами в парах, знакомство с волейболом как видом спорта, разучивание волейбольных упражнений в парах,	Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения, подвижная игра «Пионербол»

9	10	11	12
Знать технику прыжков на мячах-хопах, правила подвижной игры «Ловишка на хопах»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру «Ловишка на хопах»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячами-хопами	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами-хопами	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: выбирать подвижные игры и играть в них, подводить итоги четверти	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях	
Знать, какие варианты бросков мяча через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвиж-	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: осуществлять действие	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование	

1	2	3	4	5	6	7	8
						повторение подвижной игры «Пионербол»	
Подвижные и спортивные игры							
82			Подготовка к волейболу	Комбинированный	Здоровьесбережения, информационно-коммуникационные, педагогики сотрудничества	Повторение разминки мячами в парах, разучивание волейбольных упражнений, выполняемых через сетку, повторение подвижной игры «Пионербол»	Разминка с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол»
83			Контрольный урок по волейболу	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа, коррекции действий, проблемного обучения	Разучивание разминки мячом в движении, контрольная проверка знаний и умений из области волейбола, повторение подвижной игры «Пионербол»	Разминка с мячом в движении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»
Легкая атлетика							
84			Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу»	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуального обучения	Разучивание разминки набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча способами «от груди» и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча способами «от груди» «снизу», подвижная игра «Точно в цель»
85			Броски набивного мяча правой и левой рукой	Комбинированный	Здоровьесбережения, проблемного обучения, индивидуально-личностного обучения	Повторение разминки набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча из-за головы, разучивание техники броска набивного мяча правой и левой рукой, повторение подвижной игры «Точно в цель»	Разминка с набивным мячом, броски набивного мяча из-за головы, а также правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель»
Гимнастика							
86			Тестирование виса на время	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа, коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки мячом в движении, проведение тестирования виса на время, разучивание подвижной игры «Борьба за мяч»	Разминка с мячом в движении, тестирование виса на время, подвижная игра «Борьба за мяч»

9	10	11	12
ной игры «Пионербол»	по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол»	чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: слушать и слышать друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. Познавательные: применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
Знать технику бросков набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Познавательные: бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование вися на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование вися на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	

1	2	3	4	5	6	7	8
87			Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки с мячом в движении, проведение тестирования наклона вперед из положения стоя, повторение подвижной игры «Борьба за мяч»	Разминка с мячом, тестирование наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Борьба за мяч» j
Легкая атлетика							
88			Тестирование прыжка в длину с места	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирования прыжка в длину с места, разучивание спортивной игры «Гандбол»	Разминка, направленная на подготовку организма к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортивная игра «Гандбол»
Гимнастика с элементами акробатики							
89			Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, повторение спортивной игры «Гандбол»	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания I на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, спортивная игра «Гандбол»
90			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки, направленной на развитие координации движений, проведение тестирования подъема туловища из положения лежа за 30 с, проведение спортивной игры «Гандбол»	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Гандбол»
Подвижные и спортивные игры							
91			Знакомство с баскетболом	Изучение нового материала	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, информационно-коммуникационные	Разучивание разминки с мячом на месте и в движении, повторение бросков мяча в баскетбольное кольцо, знакомство со спортивной игрой «Баскетбол»	Разминка с мячом в движении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»

9	10	11	12
Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: бросать в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	

1	2	3	4	5	6	7	8
Легкая атлетика							
92			Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки с мячом на месте и в движении, проведение тестирования по метанию малого мяча на точность, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Разминка с мячом на месте и в движении, тестирование метания малого мяча на точность, спортивная игра «Баскетбол»
Подвижные и спортивные игры							
93			Спортивная игра «Баскетбол»	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогики сотрудничества, коллективного выполнения задания	Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники бросков мяча в баскетбольные кольца, проведение спортивной игры «Баскетбол»	Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Баскетбол»
Легкая атлетика							
94			Беговые упражнения	Комбинированный	Здоровьесбережения, коллективного выполнения задания, развивающего обучения	Разучивание разминки в движении, проведение беговых упражнений, повторение подвижной игры «Колдунчики», разучивание подвижной игры «Вызов»	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»
95			Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Повторение разминки в движении, проведение тестирования бега на 30 м с высокого старта, повторение подвижной игры «Командные хвостики»	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, подвижная игра «Командные хвостики»
96			Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3 x Юм, проведение подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3 x 10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»
97			Тестирование метания	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции дей-	Повторение беговой разминки, проведение тестирования метания	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность,

9	10	11	12
Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
Знать, как проходит тестирование челночного бега 3 x Юм, правила подвижной игры «Бросай далеко, собери быстрее»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3 x Юм с высокого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собери быстрее»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	

Знать, как проходит тестирование метания	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной
--	--	---

1	2	3	4	5	6	7	8
			мешочка (мяча) на дальность		ствий, развития навыков само-диагностики	мешочка на дальность, разучивание подвижной игры «Круговая охота»	подвижная игра «Круговая охота»

Подвижные и спортивные игры

98			Спортивная игра «Футбол»	Комбинированный	Здоровьесбережения, педагогика сотрудничества, проблемного обучения	Разучивание разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение спортивной игры «Футбол»	Разминка в движении, подвижная игра «Собачки ногами», спортивная игра «Футбол»
----	--	--	--------------------------	-----------------	---	--	--

99			Подвижная игра «Флаг на башне»	Репродуктивный	Здоровьесбережения, педагогика сотрудничества, развития умственных действий	Повторение разминки в движении, повторение подвижной игры «Собачки ногами», проведение подвижной игры «Флаг на башне»	Разминка в движении, подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»
----	--	--	--------------------------------	----------------	---	---	--

Легкая атлетика

100			Бег на 1000 м	Контрольный	Здоровьесбережения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков само-диагностики	Разучивание разминки, направленной на подготовку к бегу, проведение бега на 1000 м, повторение спортивной игры «Футбол»	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол»
-----	--	--	---------------	-------------	---	---	--

Подвижные и спортивные игры

101			Спортивные игры	Репродуктивный	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, педагогика сотрудничества	Проведение беговой разминки, проведение спортивных игр, выбранных по желанию учеников, разучивание подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Беговая разминка, спортивные игры, подвижная игра «Марш с закрытыми глазами»
-----	--	--	-----------------	----------------	---	--	--

9	10	11	12
<p>мешочка на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»</p>	<p>и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»</p>	<p>отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	
<p>Знать правила подвижной игры «Собачки ногами» и спортивной игры «Футбол»</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: играть в подвижную</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	
<p>Знать правила подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки ногами»</p>	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. Познавательные: играть в подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами»</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	
<p>Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры «Футбол»</p>	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	
<p>Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»</p>	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами»</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	