|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  уро­  ка | Дата  проведения | | | | Тема урока | Виды деятельности (элементы содержания, контроль) | | | Предметные | | | Метапредметные УУД | | | | | | Личностные УУД | | | | | | |  | | | |
| план | | факт | |  | | |  | | | | | |  | | | | | | | повторение | | | |
| Знания о физической культуре | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 02.09 | |  | | Органи- зационно-мето- дические требования на уроках физиче­ской куль­туры | Организационно-мето­дические требования, применяемые на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ло­вишка» и «Колдунчики» | | | Знать, какие организацион­но-методические требования  применяются на уроках физи­ческой культуры, как выполнять строевые упраж­нения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики» | | | *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 | | | | | | |  | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 03.09 | |  | | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта | Беговая разминка, те­стирование бега на 30 м с высокого старта, по­движные игры «Салки» и «Салки — дай руку» | | | Знать, как про­ходит тестирова­ние бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Сал­ки — дай руку» | | | *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 | | | | | | |  | | | |
| 3 | 07.09 | |  | | Техника  челночного  бега | Разминка в движении, челночный бег, подвиж­ные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдун­чики» | | | 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 | | | | | | |  | | | |
| 4 | 09.09 | |  | | Тести­рование челноч­ного бега 3 х 10 м | Разминка в движении, тестирование челноч­ного бега3 х Юм, по­движная игра «Собачки ногами» | | | Знать, как про­ходит  Тестирование челночного бега3 х Юм, правила подвиж­ной игры «Со­бачки ногами» | | | *Коммуникативные:* эффективно сотрудничать и способствовать про­  дуктивной 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 х 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 | | | | | | |  | | | |
| 5 | 10.09 | |  | | Способы метания мешочка (мяча) на даль­ность | Беговая разминка, раз­личные способы метания мешочка на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быст­рее» | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе | | | | |  | | | | | |
| 6 | 14.09 | |  | | Тести­рование метания мешочка( мяча) на даль­ность | Беговая разминка, те­стирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собач­ки ногами» | | | 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 друг 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 | | | | |  | | | | | |
| Знания о физической культуре | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 16.09 | |  | | Пас и его значение для спор­тивных игр с мячом | Разминка в движении, варианты паса мяча но­гой, правила спортивной игры «Футбол» | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях, умений не создавать кон­фликты и находить выходы из спорных ситуаций | | | | |  | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 17.09 | |  | | Спортив­ная игра «Футбол» | Разминка в движении, варианты паса мяча но­гой, правила спортивной игры «Футбол» | | | 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 учебной деятельно­сти и осознание личностно­го смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, разви­тие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 21.09 | |  | | Прыжок в длину с разбега | Разминка на месте, тех­ника прыжка в длину с разбега, спортивная игра «Футбол» | | | 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 личностного смысла уче­ния, формирование уста­новки на безопасный и здо­ровый образ жизни | | | | |  | | | | | |
| 10 | 23.09 | |  | | Прыжки в длину с разбега на резуль­тат | Разминка на месте, прыжки в длину с раз­бега на результат, по­движная игра «Собачки ногами» | | | Знать, как вы­полнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвиж­ной игры «Со­бачки ногами» | | | | *Коммуникативные:* добывать недо­стающую информацию с помощью во­просов, слушать и слышать друг друга. *Регулятивные:* видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. *Познавательные:* прыгать в длину с разбега на результат, играть в по­движную игру «Собачки ногами» | | | | | 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 | | | | |  | | | | | |
| 11 | 24.09 | |  | | Контроль­ный урок по прыж­кам в длину с разбега | Разминка в движении по кругу, контрольные прыжки в длину с раз­бега, спортивная игра «Футбол» | | | Знать, как проходит кон­трольный урок по прыжкам в длину с раз­бега, правила спортивной игры «Футбол» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.  *Регулятивные:* самостоятельно форму­лировать познавательные цели, сохра­нять заданную цель.  *Познавательные:* выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверст­никами | | | | |  | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | 28.09 | |  | | Контроль­ный урок по спор­тивной игре «Фут­бол» | Разминка в движении по кругу, правила спор­тивной игры «Футбол», броски мяча из-за боко­вой, контрольная игра в футбол | | | Знать, как проходит кон­трольный урок по футболу, как выполнять бросок из-за бо­ковой | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.  *Регулятивные:* самостоятельно форму­лировать познавательные цели, сохра­нять заданную цель.  *Познавательные:* играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверст­никами | | | | |  | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | 30.09 | |  | | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точность | Разминка с малым мя­чом, тестирование мета­ния малого мяча на точ­ность, подвижная игра «Вышибалы» | | | Знать, как про­ходит тестиро­вание метания малого мяча на точность, пра­вила подвижной игры «Вышиба­лы» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:* адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохра­нять заданную цель.  *Познавательные:* проходить тестиро­вание метания малого мяча на точ­ность, играть в подвижную игру «Вы­шибалы» | | | | | 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 | | | | |  | | | | | |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 01.10 | |  | | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя | Разминка, направленная на развитие гибкости, те­стирование наклона впе­ред из положения стоя, подвижная игра «Белые медведи» | | | Знать, как про­ходит тестиро­вание наклона вперед из поло­жения стоя, пра­вила подвижной игры «Белые медведи» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, слушать и слы­шать друг друга.  *Регулятивные:* адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохра­нять заданную цель.  *Познавательные:* проходить тестиро­вание наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен­ной отзывчивости | | | | |  | | | | | | = |
| 15 | 05.10 | |  | | Тести­рование подъема туловища из положе­ния лежа за 30 с | Разминка, направленная на развитие гибкости, тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, подвижная игра «Белые медведи» | | | Знать, как про­ходит тестиро­вание подъема туловища из по­ложения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Белые медведи» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.  *Познавательные:* проходить тестирова­ние подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, самостоя­тельности и личной ответ­ственности за свои поступ­ки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе  . | | | | |  | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | 07.10 | |  | | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места | Прыжковая разминка, тестирование прыжка в длину с места, подвиж­ная игра «Волк во рву» | | | Знать, как про­ходит тестиро­вание прыжка в длину с места, правила подвиж­ной игры «Волк во рву» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.  *Познавательные:* проходить тестиро­вание прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, самостоя­тельности и личной ответ­ственности за свои поступ­ки на основе представлений о нравственных нормах,  социальной справедливости и свободе | | | | |  | | | | | |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | 08.10 | |  | | Тестиро­вание под­тягивания на низкой переклади­не из виса лежа со­гнувшись | Прыжковая разминка, тестирование подтяги­вания на низкой пере­кладине из виса лежа согнувшись, подвижная игра «Волк во рву» | | | Знать, как про­ходит тестиро­вание подтяги­вания на низкой перекладине из виса лежа со­  гнувшись, пра­вила игры «Волк во рву» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели,  адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.  *Познавательные:* проходить тестирова­ние подтягивания на низкой перекла­дине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, самостоя­тельности и личной ответ­ственности за свои  поступ­ки на основе представлении о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | | | | |  | | | | | |
| 18 | 12.10 | |  | | Тестиро­вание виса на время | Разминка с гимнастиче­скими палками, тести­рование виса на время, подвижная игра «Ловля обезьян с мячом» | | | Знать, как про­ходит тестирова­ние виса на вре­мя, правила  подвижной игры «Ловля обезьян с мячом» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.  *Познавательные:* проходить тестиро­вание виса на время, играть в подвиж­ную игру «Ловля обезьян с мячом» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и  эмоционально-нравственной отзывчивости,  самостоя­тельности и личной ответ­ственности за свои поступ­ки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | | | | |  | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | |  | | | |  | | | |  | |  | | | |  | | | | |  |
| 19 | 14.10 | |  | | Подвижная игра «Пе­рестрелка» | Разминка с мячами, броски и ловля мяча, подвижная игра «Пере­стрелка» | | | Знать, как вы­полнять броски и ловлю мяча, правила подвиж­ной игры «Пере­стрелка» | | | | *Коммуникативные:* эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации, добывать не­достающую информацию с помощью вопросов.  *Регулятивные:* видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. *Познавательные:* уметь бросать и ло­вить мяч, 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, умений не создавать кон­фликты и находить выходы из спорных ситуаций | | | | |  | | | | | |
| 20 | | 15.10 | |  | Футболь­ные упраж­нения | Разминка с мячом, фут­больные упражнения, подвижная игра «Пере­стрелка» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 21 | | 19.10 | |  | Футболь­ные уп­ражнения в парах | Разминка с мячами в па­рах, футбольные упраж­нения в парах, подвиж­ная игра «Пустое место» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 22 | | 21.10 | |  |  | Разминка с мячами в па­рах, футбольные упраж­нения в парах, подвиж­ная игра «Пустое место» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 23 | | 22.10 | |  | Подвижная игра «Осада города» | Разминка с мячом в па­рах, техника бросков и ловли мяча в парах, подвижная игра «Осада города» | | | | Знать, как вы­  полнять 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 | | | | |  | | | | | | |
| 24 | | 02.11 | |  | Броски и ловля мяча в  парах | Разминка с мячом в па­рах, упражнения с двумя мячами в парах, подвиж­ная игра «Осада города» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Знания о физической культуре | | | | | | | |  | | | |  | | | |  | | | |  | |  | | | | | |  | | |
| 25 | | 04.11 | |  | Закалива­ние | Закаливание, разминка с мячом,упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «По­движная цель» | | | | 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, выполнять упражнения в парах с дву­мя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель» | | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 26 | | 05.11 | |  | Ведение  мяча | Закаливание, разминка с мячом, ведение мяча, подвижная игра «По­движная цель» | | | | Знать правила  закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель» | | | | *Коммуникативные:* слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* сохранять заданную цель, контролировать свою деятель­ность по результату.  *Познавательные:* уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в по­движную игру «Подвижная цель» | | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 27 | | 09.11 | |  | Подвиж­ные игры | Разминка в движении, 2—3 подвижные игры, подведение итогов чет­верти | | | | Знать, как выби­рать подвижные игры, правила этих игр, как подводят итоги четверти | | | | *Коммуникативные:* слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:* уметь играть в по­движные игры и подводить итоги четверти | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | | |
| Гимнастика с элементами акробатики | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | | 11.11 | |  | Кувырок  вперед | Разминка на матах, тех­ника кувырка вперед, подвижная игра «Удоч­ка» | | | | Знать технику кувырка вперед, правила подвиж­ной игры «Удоч­ка» | | | | *Коммуникативные:* сотрудничать в ходе групповой работы. *Регулятивные:* осуществлять действие по образцу и заданному правилу, аде­кватно оценивать свои действия и дей­ствия партнеров.  *Познавательные:* выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 29 | | 12.11 | |  | Кувырок вперед с разбега и через препят­ствие | Разминка на матах, техника кувырка впе­ред с разбега, техника кувырка вперед через препятствие | | | | Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие | | | | *Коммуникативные:* сотрудничать в ходе групповой работы. *Регулятивные:* осуществлять действие по образцу и заданному правилу, аде­кватно оценивать свои действия и дей­ствия партнеров.  *Познавательные:* выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие | | | | | Развитие мотивов учебной  деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 30 | | 16.11 | |  | Варианты выполне­ния кувыр­ка вперед | Разминка на матах с ре­зиновыми кольцами, варианты выполнения кувырка вперед, игрово упражнение на внимаш | | | | Знать, какие варианты выпол­нения кувырка вперед сущест­вуют, какие бывают игровые упражнения на внимание | | | | *Коммуникативные:* добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  *Регулятивные:* осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  *Познавательные:* выполнять различ­ные варианты кувырка вперед, выпол­нять игровое упражнение на внимание | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости  и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 31 | | 18.11 | |  | Кувырок  назад | Разминка на матах с ре­зиновыми кольцами, техника кувырка назад, подвижная игра «Удоч­ка» | | | | Знать технику кувырка назад, правила подвиж­ной игры «Удоч­ка» | | | | *Коммуникативные:* с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* осуществлять дейст­вие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.  *Познавательные:* выполнять кувы­рок назад, играть в подвижную игру  «Удочка» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование  эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 32 | | 19.11 | |  | Кувырки | Разминка с массажным мячом, кувырок вперед, кувырок назад, подвиж­ная игра «Мяч в туннеле» | | | | Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации.  *Регулятивные:* определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  *Познавательные:* выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную и фу «Мяч в туннеле» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осозна­ние личностного смысла учения, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе, фор­  мирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 33 | | 23.11 | |  | Круговая  тренировка | Разминка с массажным мячом, круговая трени­ровка, подвижная игра «Мяч в туннеле» | | | | Знать, как про­ходить станции круговой трени­ровки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.  *Регулятивные:* видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. *Познавательные:* проходить станции круговой тренировки, играть в по­движную игру «Мяч в туннеле» | | | | | Развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, разви­тие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­  лыми в разных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | | |
| 34 | | 25.11 | |  | Стойка на голове | Разминка с гимнастиче­скими палками, техника выполнения стойки на голове, подвижная игра «Парашютисты» | | | | Знать, как вы­полнять стойку на голове, пра­вила подвижной игры «Парашю­тисты» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, слушать и слы­шать друг друга и учителя.  *Регулятивные:* осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению пре­пятствий *Познавательные:* выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру  «Парашютисты» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щего; развитие этических чувств, понимания и сопе­реживания чувствам других людей ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 35 | | 26.11 | |  | Стойка на руках | Разминка с гимнастиче­скими палками, стойка на голове, стойка на ру­ках, подвижная игра  «Парашютисты» | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 36 | | 30.11 | |  | Круговая  тренировка | Разминка, направлен­ная на сохранение пра­вильной осанки, стойка на голове и руках, круго­вая тренировка, подвиж­ная игра «Волшебные елочки» | | | | 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 друг друга и учителя.  *Регулятивные:* видеть ошибку и ис­правлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. *Познавательные:* выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки, 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 | | | | |  | | | | | | |
| 37 | | 02.12 | |  | Вис заве- сом одной и двумя но­гами на пе­рекладине | Разминка, направленная на сохранение правиль­ной осанки, лазанье и перелезание на гим­настической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белоч­ка-защитница» | | | | Знать, как вы­полнять лазанье и перелезание на гимнастиче­ской стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила по­движной игры «Белочка-защит­ница» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­  трудничать и способствовать продук­тивной кооперации.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:* лазать и перелезать на гимнастической стенке, висеть завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защит­ница» | | | | | Развитие мотивов учебной  деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, формирование эсте­тических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 38 | | 03.12 | |  | Лазанье и пере- лезание по гимна­стической стенке | Разминка у гимнасти­ческой стенки, лазанье и перелезание по гим­настической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белоч­ка-защитница» | | | | 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 личностного смысла уче­  ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 39 | | 07.12 | |  | Прыжки в скакалку | Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, по­движная игра «Горячая линия» | | | | 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 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 | | | | |  | | | | | | |
| 40 | | 09.12 | |  | Прыжки в скакалку в тройках | Разминка со скакалка­ми, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, подвижная игра «Горячая линия» | | | | Знать, как вы­полнять прыжки в скалку и прыж­ки в скакалку в тройках, пра­вила подвижной игры «Горячая линия» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, слушать и слы­шать друг друга.  *Регулятивные:* проектировать траекто­рии развития через включение в новые виды деятельности и формы сотруд­ничества.  *Познавательные:* прыгать в скакалку в одиночку и в тройках, играть в по­движную игру «Горячая линия» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 41 | | 10.12 | |  | Лазанье по канату в три прие­ма | Разминка со скакалка­ми, прыжки в скакал­ку в тройках, лазанье по канату в три приема, подвижная игра «Будь осторожен» | | | | Знать, как пры­гать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторо­жен» | | | | *Коммуникативные:* с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению пре­пятствий и самокоррекции.  *Познавательные:* прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три прие­ма, играть в подвижную игру «Будь осторожен» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 42 | | 14.12 | |  | Круговая  тренировка | Разминка со скакалками, круговая тренировка, подвижная игра «Будь осторожен» | | | | Знать, как про­ ходить станции круговой трени­ровки, правила подвижной игры «Будь осторо­жен» | | | | *Коммуникативные:* слушать и слышать  друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.  *Регулятивные:* самостоятельно форму­лировать познавательные цели. *Познавательные:* проходить станции круговой тренировки, играть в по­движную игру «Будь осторожен» | | | | | Развитие мотивов учебной  деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни | | | | |  | | | | | | |
| 43 | | 16.12 | |  | Упраж­нения на гимна­стическом бревне | Разминка, направленная на развитие координа­ции движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимна­стическом бревне, по­движная игра «Шмель» | | | | Знать, как вы­полнять прыжки в скакалку в дви­жении, какие упражнения можно выпол­нять на гим­настическом бревне, правила подвижной игры «Шмель» | | | | *Коммуникативные:* представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  *Регулятивные:* определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  *Познавательные:* прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 44 | | 17.12 | |  | Упраж­нения на гимна­стических кольцах | Разминка, направленная на развитие координа­ции движений, упражне­ния на гимнастическом бревне, упражнения на кольцах, подвижная игра «Ловишка с мешоч­ком на голове» | | | | Знать, как  выполнять упражнения на гимнасти­ческих кольцах и бревне, пра­вила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | | | | *Коммуникативные:* сотрудничать  в ходе групповой работы.  *Регулятивные:* контролировать свою деятельность по результату, осуществ­лять действие по образцу и заданному правилу.  *Познавательные:* выполнять упраж­нения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | | | | | Развитие мотивов учебной  деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 45 | | 21.12 | |  | Круговая  тренировка | Разминка в движении, комбинация на гимна­стических кольцах, уп­ражнения на гимнасти­ческом бревне, круговая тренировка, подвижная игра «Салки с домиками» | | | | 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 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 | | | | |  | | | | | | |
| 46 | | 23.12 | |  | Лазанье по наклон­ной гимна­стической скамейке | Разминка в движении, варианты лазанья по на­клонной гимнастической скамейке, подвижная игра «Белочка-защитница» | | | | Знать технику лазанья по на­клонной гимна­стической ска­мейке, правила подвижной игры «Белочка-защит­ница» | | | | *Коммуникативные:* оречевлять содер­жание совершаемых действий. *Регулятивные:* определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  *Познавательные:* лазать по наклонной гимнастической скамейке разными способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе | | | | |  | | | | | | |
| 47 | | 24.12 | |  | Варианты  вращения  обруча | Разминка с обручами, лазанье по наклонной гимнастической скамей­ке, варианты вращения обруча, подвижная игра «Перебежки с мешочком на голове» | | | | 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 личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 48 | | 28.12 | |  | Круговая  тренировка | Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры | | | | 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 фор­мулировать 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 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 | | | | |  | | | | | | |
| Лыжная подготовка | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 49 | | 11.01 | |  | Сту­пающий и скользя­щий шаг 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 | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | | |
| 50 | | 13.01 | |  | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах с лыжными палками | Пристегивание креп­лений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них | | | | 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 личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости  и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 51 | | 14.01 | |  | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах с лыжными палками | Пристегивание креп­лений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них | | | | 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 личностного смысла уче­ния, развитие самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости  и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств | | | | |  | | | | | | |
| 52 | | 18.01 | |  | Повороты на лыжах пересту- панием и прыжком | Повороты на лыжах пе­реступанием и прыжком, ступающий и скользя­щий шаг на лыжах с пал­ками и без них | | | | 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 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 | | | | |  | | | | | | |
| 53 | | 20.01 | |  | Повороты на лыжах пересту- панием и прыжком | Повороты на лыжах пе­реступанием и прыжком, ступающий и скользя­щий шаг на лыжах с пал­ками и без них | | | | 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 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 | | | | |  | | | | | | |
| 54 | | 21.01 | |  | Повороты на лыжах пересту- панием и прыжком | Повороты на лыжах пе­реступанием и прыжком, ступающий и скользя­щий шаг на лыжах с пал­ками и без них | | | | 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 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 | | | | |  | | | | | | |
| 55 | | 25.01 | |  | Попере­менный двухшаж- ный ход на лыжах | Поворот на лыжах пере­ступанием и прыжком, попеременный двухшаж- ный ход на лыжах, сту­пающий и скользящий шаг на лыжах | | | | 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 личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый | | | | |  | | | | | | |
| 56 | | 27.01 | |  | Попере­менный двухшаж- ный ход на лыжах | Поворот на лыжах пере­ступанием и прыжком, попеременный двухшаж- ный ход на лыжах, сту­пающий и скользящий шаг на лыжах | | | | 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 личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый | | | | |  | | | | | | |
| 57 | | 28.01 | |  | Одновре­менный двухшаж- ный ход на лыжах | Попеременный двух- шажный ход на лыжах, одновременный двух- шажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен­ной отзывчивости | | | | |  | | | | | | |
| 58 | | 01.02 | |  | Одновре­менный двухшаж- ный ход на лыжах | Попеременный двух- шажный ход на лыжах, одновременный двух- шажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен­ной отзывчивости | | | | |  | | | | | | |
| 59 | | 03.02 | |  | Одновре­менный двухшаж- ный ход на лыжах | Попеременный двух- шажный ход на лыжах, одновременный двух- шажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен­ной отзывчивости | | | | |  | | | | | | |
| 60 | | 04.02 | |  | Подъем «полу- елочкой» и «елоч­кой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах | Одновременный двух- шажный и попере­менный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елоч­кой», спуск в основной стойке на лыжах | | | | Знать техни­ку изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» 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 «по­луелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие этических чувств, формирование уста­новки на безопасный и здо­ровый образ жизни | | | | |  | | | | | | |
| 61 | | 08.02 | |  | Подъем «полу- елочкой» и «елоч­кой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах | Одновременный двух- шажный и попере­менный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елоч­кой», спуск в основной стойке на лыжах | | | | Знать техни­ку изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» 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 «по­луелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие этических чувств, формирование уста­новки на безопасный и здо­ровый образ жизни | | | | |  | | | | | | |
| 62 | | 10.02 | |  | Подъем «полу- елочкой» и «елоч­кой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах | Одновременный двух- шажный и попере­менный двухшажный лыжные ходы, подъем «полуелочкой» и «елоч­кой», спуск в основной стойке на лыжах | | | | Знать техни­ку изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» 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 «по­луелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие этических чувств, формирование уста­новки на безопасный и здо­ровый образ жизни | | | | |  | | | | | | |
| 63 | | 11.02 | |  | Передви­жение и спуск  на лыжах «змейкой» | Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змей­кой», различные вари­анты подъема на склон, спуск со склона в основ­ной стойке | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 64 | | 15.02 | |  | Передви­жение и спуск  на лыжах «змейкой» | Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змей­кой», различные вари­анты подъема на склон, спуск со склона в основ­ной стойке | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 65 | | 17.02 | |  | Подвижная игра на лы­жах «Нака­ты» | Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змей­кой», подвижная игра «Накаты» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 66 | | 18.02 | |  | Спуск на лыжах  со склона в низкой стойке | Спуск на лыжах в при­седе, подвижная игра  «Накаты», передвижение на лыжах различными ходами | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 67 | | 24.02 | |  | Прохожде­ние дистан­ции 1,5 км на лыжах | Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах, спуск со скло­на в низкой стойке | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 68 | | 25.02 | |  | Контроль­ный урок по лыжной подготовке | 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 | | | | Знать, как пе­редвигаться на лыжах различ­ными ходами,  как поворачи­ваться на лыжах переступанием и прыжками, как передвигаться на лыжах «змей­кой», как подни­маться на склон «лесенкой» и спу­скаться со склона в низкой стойке | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, аде­кватно понимать оценку взрослого. *Познавательные:* передвигаться на лы­жах, выполнять поворот переступани­ем и прыжком, подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона в низкой стойке, передвигаться на лы­жах «змейкой» | | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 69 | | 27.02 | |  | Эстафеты с мячом | Разминка с мячами-хо- пами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 70 | | 29.02 | |  | Подвиж­ные игры | Беговая разминка, по­  движные игры, подведе­ние итогов четверти | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 71 | | 02.03 | |  | Эстафеты с мячом | Разминка с мячами-хо- пами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 72 | | 03.03 | |  | Полоса  препят­  ствий | Разминка в движении, полоса препятствий, по­движная игра «Удочка» | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен­ной отзывчивости | | | | |  | | | | | | |
| 73 | | 05.03 | |  | Усложнен­ная полоса препят­ствий | Разминка в движении, полоса препятствий, по­движная игра «Совушка» | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен- ной отзывчивости | | | | |  | | | | | | |
| 74 | | 09.03 | |  | Прыжок в высоту с прямого разбега | Разминка с гимнастиче­скими скамейками, пры­жок в высоту с прямого разбега, подвижная игра «Вышибалы с кеглями» | | | | 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 личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | | |
| 75 | | 10.03 | |  | Прыжок в высоту с прямого разбега на резуль­тат | Разминка со скамейка­ми, прыжок в высоту с прямого разбега на ре­зультат, подвижная игра «Вышибалы с кеглями» | | | | Знать технику прыжка в высоту с разбега, пра­вила подвижной игры «Вышиба­лы с кеглями» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме.  *Регулятивные:* определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять за­данную цель.  *Познавательные:* прыгать в высоту на результат, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | | |
| 76 | | 14.03 | |  | Прыжок в высоту спиной вперед | Разминка с переверну­тыми гимнастическими скамейками, прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту с пря­мого разбега, подвижная игра «Штурм» | | | | Знать, как пры­гать в высоту спиной вперед и с прямого раз­  бега, правила подвижной игры «Штурм» | | | | *Коммуникативные:* с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.  *Регулятивные:* контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.  *Познавательные:* прыгать в высоту спиной вперед и с прямого разбега, играть в подвижную игру «Штурм» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, развитие  самостоятель­ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе | | | | |  | | | | | | |
| 77 | | 16.03 | |  | Прыжки на мячах- хопах | Разминка в парах с  мячами-хопами, прыжки на мячах-хопах, по­движная игра «Ловишка на хопах» | | | | Знать технику прыжков на мя чах-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 | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 78 | | 17.03 | |  | Эстафеты с мячом | Разминка с мячами-хо- пами в парах, эстафеты с мячом, подвижные игры с мячами-хопами | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 79 | | 28.03 | |  | Подвиж­ные игры | Беговая разминка, по­  движные игры, подведе­ние итогов четверти | | | | Знать все изученные по­движные игры, как выбирать одну из них, как подводить итоги четверти | | | | *Коммуникативные:* слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:* выбирать подвижные  игры и играть в них, подводить итоги четверти | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и  эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 80 | | 30.03 | |  | Броски мяча через волейболь­ную сетку | Разминка с мячами, броски мяча через волей­больную сетку, подвиж­ная игра «Вышибалы через сетку» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 81 | | 31.03 | |  | Подвижная игра «Пио­нербол» | Разминка с мячами, по­движная игра «Пионер­бол», броски мяча через волейбольную сетку | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Знания о физической культуре | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 82 | | 04.04 | |  | Волейбол как вид спорта | Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол», волей­больные упражнения, подвижная игра «Пио­нербол» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 83 | | 06.04 | |  | Подготовка к волейболу | Разминка с мячами в па­рах, волейбольные уп­ражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол» | | | | Знать, какими бывают волей­больные упраж­нения, правила подвижной игры «Пионербол» | | | | *Коммуникативные:* слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения.  *Регулятивные:* владеть средствами са­морегуляции, сотрудничать в совмест­ном решении задач.  *Познавательные:* делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками | | | | |  | | | | | | |
| 84 | | 07.04 | |  | Контрольный урок по волейболу | Разминка с мячом в дви­жении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пио­нербол» | | | | 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 уме­  ния 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 | | | | |  | | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 85 | | 11.04 | |  | Броски набивно­го мяча способами «от груди» и «снизу» | Разминка с набивным мячом, броски набив­ного мяча способами «от груди» и «снизу», подвижная игра «Точно в цель» | | | | Знать технику бросков набив­ного мяча спосо­бами «от груди» и «снизу», пра­вила подвижной игры «Точно в цель» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, слушать и слы­шать учителя и друг друга.  *Регулятивные:* осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению пре­пятствий и самокоррекции.  *Познавательные:* бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение соци­альной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе | | | | |  | | | | | | |
| 86 | | 13.04 | |  | Броски набивного мяча пра­вой и левой рукой | Разминка с набивным мячом, броски набив­ного мяча из-за головы, а также правой и левой рукой, подвижная игра «Точно в цель» | | | | 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 личностного смысла учения, принятие и освоение соци­альной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе | | | | |  | | | | | | |
| гимнастика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 87 | | 14.04 | |  | Тестирование виса на время | Разминка с мячом в дви­жении, тестирование виса на время, подвиж­ная игра «Борьба за мяч» | | | | Знать, как про­ходит тестирова­ние виса на вре­мя, правила подвижной игры «Борьба за мяч» | | | | *Коммуникативные:* добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.  *Регулятивные:* адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохра­нять заданную цель.  *Познавательные:* проходить тестиро­вание виса на время, играть в 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  справедливо­сти и свободе | | | | |  | | | | | | |
| 88 | | 18.04 | |  | Тестирование наклона вперед из положения сидя | Разминка с мячом, те­стирование наклона впе­ред из положения стоя, подвижная игра «Борьба за мяч» j | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 89 | | 20.04 | |  | Тестирование прыжка в длину с места | Разминка, направленная на подготовку организ­ма к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, спортив­ная игра «Гандбол» | | | | 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 тестиро­  вание 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 | | | | |  | | | | | | |
| Гимнастика с элементом акробатики | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 90 | | 21.04 | |  | Тестиро­вание под­тягивания на низкой  переклади­не из виса лежа со­гнувшись | Разминка, направленная на развитие координа­ции движений, тести­рование подтягивания *I* на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, спортивная игра «Гандбол» | | | | 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 тестирова­  ние 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 | | | | |  | | | | | | |
| 91 | | 25.04 | |  | Тести­рование подъема туловища из положе­ния лежа за 30 с | Разминка, направленная на развитие координа­ции движений, тестиро­вание подъема туловища из положения лежа за 30 с, спортивная игра «Гандбол» | | | | 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 тестирова­  ние 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 | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 92 | | 27.04 | |  | Знакомство с баскетболом | Разминка с мячом в дви­жении, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Бас­кетбол» | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 93 | | 28.04 | |  | Тестирование малого мяча на дальность | Разминка с мячом на ме­сте и в движении, тести­рование метания малого J мяча на точность, спор­тивная игра «Баскетбол» | | | | Знать, как про­ходит тестиро­вание метания малого мяча на точность, пра­вила спортивной игры «Баскет­бол» | | | | *Коммуникативные:* с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.  *Регулятивные:* адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохра­нять заданную цель.  *Познавательные:* проходить тестирова­ние метания малого мяча на точность, играть в спортивную игру «Баскетбол» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 94 | | 02.05 | |  | Спортивная игра «Баскебол.» | Разминка в движении с мячом, броски мяча в баскетбольное кольцо, спортивная игра «Бас­кетбол»  . | | | | Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.  *Регулятивные:* адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. *Познавательные:* бросать мяч в баскет­больное кольцо различными способа­ми, играть в баскетбол | | | | | Развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных соци­альных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спор­ных ситуаций | | | | |  | | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 95 | | 04.05 | |  | Беговые  упражне­  ния | Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Кол­дунчики» и «Вызов» | | | | Знать варианты беговых упраж­нений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации, слушать и слу­шать друг друга.  *Регулятивные:* самостоятельно фор­мулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  *Познавательные:* выполнять беговые упражнения, играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов» | | | | | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен- ной отзывчивости | | | | |  | | | | | | |
| 96 | | 05.05 | |  | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого стар­та, подвижная игра «Ко­мандные хвостики» | | | | Знать, как про­ходит тестирова­ние бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики» | | | | *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 бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики» | | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 97 | | 11.05 | |  | Тести­рование челноч­ного бега 3 х 10 м | Беговая разминка, тести­рование челночного бега 3 х 10 м, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее» | | | | Знать, как про­ходит тестирова­ние челночного бега3 х Юм, правила подвиж­ной игры «Бро­сай далеко, соби­рай быстрее» | | | | *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 челночного бега 3 х Юме высо­кого старта, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| 98 | | 12.05 | |  | Тестирова­ние мета­ния малого мяча на дальность | Беговая разминка, тести­рование метания мешоч­ка на дальность, | | | | 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 | | | | |  | | | | | | |
| Спортивные и подвижные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 99 | | 16.05 | |  | Спортив­ная игра «Футбол» | Разминка в движении, подвижная игра «Собач­ки ногами», спортивная игра «Футбол» | | | | Знать прави­ла подвижной игры «Собачки ногами» и спор­тивной игры «Футбол» | | | | *Коммуникативные:* эффективно со­трудничать и способствовать продук­тивной кооперации.  *Регулятивные:* адекватно оценивать свои действия и действия партеров, контролировать свою деятельность по результату.  *Познавательные:* играть в подвижную игру  игру «Собачки ногами» и спортивную ифу «Футбол» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях | | | | |  | | | | | | |
| 100 | | 18.05 | |  | Подвижная игра «Флаг на башне» | Разминка в движении, подвижные игры «Флаг на башне» и «Собачки ногами» | | | | Знать правила подвижных игр «Флаг на башне» и «Собачки но­гами» | | | | *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» | | | | | Развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками, умений не создавать кон­фликты и находить выходы из спорных ситуаций | | | | |  | | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 101 | | 19.05 | |  | Бег на 1000м | Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000 м, спортивная игра «Футбол» | | | | Знать, как про­ходит тести­рование бега на 1000 м, пра­вила спортивной игры «Футбол» | | | | *Коммуникативные:* с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. *Регулятивные:* определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. *Познавательные:* пробегать дистан­цию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол» | | | | | Развитие этических чувств, доброжелательности и  эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе | | | | |  | | | | | | |
| Подвижные и спортивные игры | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 102 | | 23.05 | |  | Спортивные игры | Беговая разминка, спор­тивные игры, подвижная игра «Марш с закрыты­ми глазами» | | | | Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвиж­ной игры «Марш с закрытыми глазами» | | | | *Коммуникативные:* представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.  *Регулятивные:* самостоятельно форму­лировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. *Познавательные:* играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с за­крытыми глазами» | | | | | Развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками, умений не создавать кон­фликты и находить выходы из спорных ситуаций | | | | |  | | | | | | |