**Филиал муниципального автономного общеобразовательного учреждения Гагаринская средняя общеобразовательная школа Мизоновская основная общеобразовательная школа**

**с. Мизоново, Ишимский район, Тюменская область**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Рассмотрено» на заседании МО**Протокол №\_1\_\_от «\_28\_\_» \_\_08\_\_\_2016г. Руководитель МО\_\_\_\_\_\_\_\_ О.В.Величковская | **«Согласовано»**Методист\_\_ \_\_\_\_\_\_ Л.М. Зыкова «\_28\_\_» \_\_\_\_\_августа\_\_\_\_\_\_\_2016г. | **«Утверждаю»**Заведующий Мизоновской ООШ\_\_\_\_\_\_\_\_ И.А. КазакееваПриказ №\_53-В\_ от «01 » 09 2016г.  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

1 класс по предмету «Физическая культура»

2016-2017 учебный год

102 часа (3 часа в неделю)

Учитель: Пронина Анастасия Игоревна, учитель физической культуры

с. Мизоново

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа учебного предмета «физическая культура» предназначена для учащихся 1-4 классов общеобразовательной школы.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Является составной частью подготовки в предметной области «физическая культура», и ее освоение должно обеспечить укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений само - регуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Данная программа составлена на основе:

* фундаментального ядра содержания общего образования;
* требований к результатам освоения основной образова­тельной программы начального общего образования, представ­ленных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования;
* «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012
* примерной программы начального общего образования по физической культуре УМК «Школа России» М: Просвещение 2009г; допущенной Министерством образования и науки РФ;
* междисциплинарной программы «Формирование универсальных учебных действий» (подпрограмм «Формирование ИКТ-компетентности обучающихся», «Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности» и «Основы смыслового чтения и работа с текстом»);
* программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального общего образования.

**Актуальность программы.** Актуальность образования в области физической культуры определяется необходимостью формирования у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни

**Цель** программы: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

**Задачи** программы:

1. укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
2. формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
3. овладение школой движений;
4. развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных(скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей
5. формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
6. выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
7. формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
8. приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
9. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Срок реализации** программы: 4 года.

Программа обеспечена УМК:

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, долж­на создавать максимально благоприятные условия для раскры­тия и развития не только физических, но и духовных способ­ностей ребёнка, его самоопределения.

**Характеристика учебного процесса**

**Виды и формы деятельности**

* К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся:
* уроки физической культуры,
* физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика перед началом занятий, физкультурные минуты во время уроков, игры и физические упражнения на перерывах и в режиме продленного дня);
* внеклассная физкультурно-массовая работа (занятие в кружках физической культуры и спортивных секциях, спортивные соревнования);
* внешкольная спортивно-массовая работа (по месту жительства учеников, занятия в детско-юношеских спортивных школах, спортивных обществах);
* самостоятельные занятия школьников физическими упражнениями в семье, на пришкольных и дворовых площадках, стадионах, в парках)

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа:

* с образовательно- познавательной
* образовательно-предметной
* образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Методы организации урока:

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

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

**Посменный** – учащиеся распределятся на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазанье).

**Индивидуальный** – используются в учетных уроках.

**Групповой** - каждая группа  учащихся  по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений.

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

Здоровьесберегающие технологии позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности;

Применение ИКТ на уроках образовательно-предметной и образовательно-познавательной направленности позволяет развивать умение учащихся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира в области физической культуры и спорта; овладевать практическими способами работы с информацией; обмениваться информацией с помощью современных технических средств.

Технология проектной деятельности стимулирует самостоятельность учащихся, их стремление к самовыражению, формирует активное отношение к вопросам здорового образа жизни, физкультуры и спорта, сопереживание и сопричастность к нему, развивает коммуникативные качества.

**Система оценки достижений учащихся**

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов обучающихся включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Предметом стартового оценивания, которое проводится в начале каждого учебного года, является определение остаточных знаний и умений обучающихся относительно прошедшего учебного года, позволяющего организовать эффективно процесс повторения и определить эффекты от обучения за прошлый учебный год.

*Формы стартового оценивания: сдача нормативов*

Предметом текущего (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и универсальные учебные действия для определения проблем и трудностей в освоении предметных способов действия и УУД и планирования работы по ликвидации возникших проблем и трудностей.

 *Формы текущего оценивания:*персонифицированные мониторинговые исследования, уровневые итоговые контрольные работы по физической культуре, включающие проверку сформированности базового уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник научится») и повышенного уровня оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник получит возможность научиться», проектные и исследовательские работы

Предметом промежуточного (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися культурных предметных способов и средств действия, а также УУД.

 *Формы промежуточной (итоговой) аттестации:* типовые задания по оценке личностных результатов, итоговые проверочные работы по предмету физическая культура, сдача нормативов

Подробное описание системы оценки достижений учащихся - Приложение 1

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

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

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

**ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из рас­чёта 3ч в неделю (всего 405ч): в 1 классе —99ч, во 2 классе — 102ч, в 3 классе— 102ч, в 4 классе— 102ч.

Третий час на препо­давание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. №889. В прика­зе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

 Рабочая программа рассчитана на 405 ч на четыре года обу­чения (по 3ч в неделю).

**Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

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

1. **ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения ос­новной образовательной программы начального общего об­разования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Рос­сийской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащи­мися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре:

**1 класс**

**Личностные результаты** освоения учащимися содержания программы по физической культуре

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

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре

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

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные результаты** освоения учащимися содержания программы по физической культуре

**1класс**

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

*Знания о физической культуре.* Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получат первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получат представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получат первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

*Гимнастика с элементами акробатики.* Ученики научатся строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйсь», «смирно», «по порядку рассчитайсь», «на первый-второй рас-считайсь», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах.

*Легкая атлетика.* Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м; выполнять челночный бег Зх 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

*Лыжная подготовка.* Ученики научатся переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»; выполнять ступающий и скользящий шаг как с палками, так и без, повороты переступанием как с палками, так и без, подъем на склон «полуелочкой» с лыжными палками, и без них, спуск под уклон

в основной стойке с лыжными палками и без них; торможение падением; проходить дистанцию 1,5 км; кататься на лыжах «змейкой».

*Подвижные игры.* Ученики научатся играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совуш-ка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны», «Грибы-шалуны», «Котел», «Охотники и утки», «Антивышибалы», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Хвостики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Игра в птиц», «Игра в птиц с мячом», «День и ночь»; выполнять ловлю и броски мяча в парах, ведение мяча правой и левой рукой, броски мяча через волейбольную сетку.

1. **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1 класс** | **2 класс** | **3 класс** | **4 класс** |
| **Знания о физической культуре** | Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена |
|  | Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание) |
|  |  | Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ) |
|  |  |  | История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах). |
| **Способы физической деятельности** | Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. |
|  | Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела |
|  |  | Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований. |
|  |  |  | Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях. |
| **Физическое совершенствование** |
| Гимнастика с основами акробатики | **Организующие команды и приемы**: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйсь!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге. **Акробатические упражнения**: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком. **Гимнастические упражнения прикладного характера**: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью) |
|  | **Организующие команды и приемы**: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».**Акробатические упражнения** из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях. **Гимнастические упражнения прикладного характера**: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами |
|  |  | **Акробатические упражнения:** кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения. **Гимнастические упражнения прикладного характера**: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне. |
|  |  |  | **Акробатические упражнения**: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед. **Гимнастические упражнения** прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги» |
| Легкая атлетика | **Бег**: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук. **Прыжки:** на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее. **Броски**: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди. **Метание:** малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену |
|  | **Бег:** равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты шагов. **Броски** большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы. **Метание** малого мяча на дальность из-за головы. **Прыжки:** на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой |
|  |  | **Прыжки** в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги |
|  |  |  | **Прыжки** в высоту с разбега способом «перешагивание». **Низкий старт.** **Стартовое ускорение.** **Финиширование.** |
| Лыжные гонки | Организующие команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами. Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом. Повороты переступанием на месте. Спуски в основной стойке. Подъемы ступающим и скользящим шагом. Торможение падением |
|  | Передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход. Спуски в основной стойке. Подъем «лесенкой». Торможение «плугом». |
|  |  | Передвижения на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным. Поворот переступанием. |
|  |  |  | Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции. |
| Подвижные игры | **На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:** «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест». **На материале раздела «Легкая атлетика»:** «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний». **На материале раздела «Лыжная подготовка»:** «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире». **На материале раздела «Спортивные игры»:** Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача». Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки». |
|  | **На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики**»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами». **На материале раздела «Легкая атлетика**»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка». На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах). **На материале раздела «Спортивные игры**»: Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне». Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок». |
|  |  | **На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»**: «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча». На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели». **На материале раздела «Лыжная подготовка»:** «Быстрый лыжник», «За мной». **На материале спортивных игр**: Футбол: удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой». Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей». Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта». |
|  |  |  | **На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:** задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела). На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель».На материале раздела «Лыжные гонки»: «Куда укатишься за два шага». **На материале раздела «Плавание»**: «Торпеды», «Гонка лодок», «Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка катеров». **На материале спортивных игр:** Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»). Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»). Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол» |
| ОРУ | Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. |

1. **ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Д – демонстрационный экземпляр ( 1 экземпляр);
К – полный комплект (для каждого ученика);
Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);
П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | Количество |
| 1 | Библиотечный фонд (книгопечатная продукция) |
| 2 | Стандарт начального общего образования по физической культуре | Д |
| 1.2 | Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008. | Д |
| 1.3 | Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2005. | Ф |
| 1.4 | Рабочая программа по физической культуре  | Д |
| 1.5 | Лях В.И Физическая культура Предметная линия учебников Москва «Просвещение» 2014 | Д  |
| 2 | Дополнительная литература для учителя |  |
| 2.1 | Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура» | Ф |
| 2.2 | Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 1998 | Д |
| 2.3 | Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физкультуре 1, 2,3,4 класс Москва «Вако» 2014 | Д |
| 3 | Дополнительная литература для обучающихся |  |
| 3.1 | Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению. | Д |
| 4 | Технические средства обучения |  |
| 4.1 | Компьютер | Д |
| 4.2 | Мультимедиапроектор | Д |
| 5 | Учебно-практическое оборудование |  |
| 5.1 | Канат для лазанья | П |
| 5.2 | Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты) | П |
| 5.3 | Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные | Ф |
| 5.4 | Палка гимнастическая | Ф |
| 5.5 | Скакалка детская | К |
| 5.6 | Мат гимнастический | Ф |
| 5.7 | Кегли | Ф |
| 5.8 | Обруч пластиковый детский | К |
| 5.9 | Рулетка измерительная | К |
| 6  |  Средства первой помощи |  |
| 6.1 | Аптечка в медицинском кабинете | Д |

1. **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Содержательной и критериальной основой для разработки данной программы явились планируемые результаты освоения ООП НОО.

В результате обучения обучающиеся на ступени начального общего образования:

* начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
* начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
* узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур.
* освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
* научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;
* освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
* научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств; измерять величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
* научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;
* приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия; выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; передвигаться на лыжах и плавать простейшими способами; будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;
* освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол; в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия

**Знания о физической культуре**

*Выпускник научится*:

* ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
* раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
* ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
* организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

*Выпускник получит возможность научиться*:

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

**Способы физкультурной деятельности**

*Выпускник научится*:

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

*Выпускник получит возможность научиться*:

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

**Физическое совершенствование**

*Выпускник научится*:

* выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
* выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять организующие строевые команды и приѐмы;
* выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
* выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);
* выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объема);
* выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

*Выпускник получит возможность научиться*:

* сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
* выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
* играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
* выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
* выполнять передвижения на лыжах

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №урока | дата | Тема урока | Стандарты содержания Тематическое планирование 1 класс | Планируемые результаты |
| По плану | коррекция | предметные | метапредметные | личностные |
| 1 | 02.09 |  | Организационно-методические указания | Изучение понятий «ше-ренга» и «колонна», об-учение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; подвижная игра «Ло-вишка» | Дифференци­ровать понятия «колонна» и «шеренга»; уметь строить­ся в колонну в движении; понимать, ка­кие требования необходимо выполнять для занятий физкультурой; научиться играть в подвижную игру «Ловишка» | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; устанавли­вать рабочие отношения. Регулятивные: уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; поиск и выделение необхо­димой информации. Познавательные: объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходи­мо для успешного проведения заня­тий по физкультуре | Формирование стартовой мотивации к изучению нового; развитие добро­желательности и эмоционально-нравственной отзывчивости |
| 2 | 06.09 |  | Тестиро-вание бега на 30 м с высокого старта | Повороты направо и налево. Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка в движении. Тестирова¬ние бега на 30 м с высо¬кого старта. Подвижная игра «Ловишка» | Отличать, где право, а где лево; уметь выполнять раз­минку в движе­нии; понимать правила тести­рования' бега на 30 м с высо­кого старта | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Ловишка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; формирование чувства гордости за свою Родину |
| 3 | 07.09 |  | Техника челночного бега | Строевые упражнения. Разминка в движении; техника челночного бега; подвижная игра «Прерванные пятнаш¬ки | Оценивать правильность выполнения строевых ко­манд; уметь выполнять раз­минку в движе­нии; понимать технику выпол­нения челноч­ного бега | Коммуникативные: формировать на­выки содействия в достижении цели со сверстниками; слушать и слы­шать друг друга.Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать позна­вательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать и показать технику выполнения челночного бега и правила проведе­ния подвижной игры «Прерванные пятнашки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли. Развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками в разных ситуациях; раз­витие самостоятельности и личной ответственности |
| 4 | 09.09 |  | Тести-рование челноч¬ного бега З х 10 м | Удержание дистанции. Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка на месте; те-стирование челночного бега Зх Ю м с высокого старта; подвижная игра «Прерванные пятнаш¬ки | Знать, что такое дистанция и как ее можно удер­живать; уметь выполнять раз­минку на месте; понимать пра­вила тестирова­ния челночного бега | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать правила проведения тестирования и подвижной игры «Прерванные пятнашки» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности |
| 5 | 13.09 |  | Возникно­вение фи­зической культуры и спорта | Удержание дистанции. Знакомство с теорией возникновения фи­зической культуры и спорта. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра «Гуси- лебеди» | Знать, что та­кое дистанция и как ее можно удерживать, как возникли физи­ческая культура и спорт; уметь выполнять раз­минку в движе­нии по кругу; понимать пра­вила подвижной игры «Гуси-ле­беди» | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать друг друга.Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать позна­вательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. Познавательные: уметь рассказать о возникновении физкультуры и спорта, правилах проведения по­движной игры «Гуси-лебеди» | Осознание своей этни­ческой и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятель­ности и формирование лич­ностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях, развитие умения не создавать конфликты и находить выходы из спор­ных ситуаций; формирова­ние эстетических потреб­ностей, ценностей и чувств, установки на безопасность |
| 6 | 14.09 |  | Тести­рование метания мешочка на даль­ность | Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь». Разминка, направленная на раз­витие координации движений. Подвижная игра «Гуси-лебеди» | Знать, как рас­считываться на первый- второй и как перестраиваться по этому рас­чету. Уметь выполнять разминку, на­правленнуюна развитие координации движений; по­нимать правила подвижной игры «Гуси-ле- беди»; помнить стихотворное сопровождение | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать о правилах проведения тестирова­ния метания мешочка на дальностьи правила подвижной Игры «Гуси- лебеди» | Осознание своей этни­ческой и национальной принадлежности; развитие мотивов учебной деятель­ности и формирование лич­ностного смысла учения; развитие этических чувств и доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитиенавыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях, умения не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, уста­новки на безопасность |
| 7 | 16.04 |  | Русская народная подвижная игра «Го­релки» | Строевые команды «направо», «налево», «на первый-второй рассчитайсь», «на руки в стороны разомкнись». Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений. Подвижная игра «Го­релки». Упражнения на развитие внимания и равновесия | Знать, как размыкаться на руки в сто­роны. Уметь выполнять разминку, на­правленную на развитие координации движений;по­нимать правила подвижной игры «Горел­ки»; запомнить стихотворное сопровождение | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов; организовывать и осу­ществлять совместную деятельность. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции, т. е. операци­онный опыт (учебных знаний и уме­ний) сотрудничества в совместном решении задач.Познавательные: уметь размыкаться на руки в стороны, рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горелки» | Формирование чувства гордости за свою Роди­ну, российский народ и историю России, ува­жительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в различных ситуациях |
| 8 | 20.09 |  | Олимпий­ские игры | Рассказ об Олимпий­ских играх - символике и традициях. Разминка с мешочками. Техни­ка метания мешочка на дальность. Подвиж­ная игра «Колдунчики» | Знать, что такое Олимпийские игры, какие сим­волы и традиции у них сущест­вуют. Уметь вы­полнять размин­ку с мешочками; уметь выполнять технически правильно ме­тание мешочка на дальность; понимать пра­вила подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. ***Регулятивные*** самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельную цель;искать и выделять необходимую ин­формацию.***Познавательные:*** уметь рассказать о символах и традициях Олимпий­ских игр, а также о правилах прове­дения подвижной игры «Колдунчики» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие доброжелательностии эмоционально-нрав­ственной отзывчивости; развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками; умение не создавать кон­фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 9 | 21.09 |  | Что такое физиче­ская куль­тура? | Рассказ о физической культуре. Разминка с мешочками. Техни­ка метания мешочка на дальность. Подвиж­ная игра «Колдунчики» | Знать, что такое физиче­ская культура. Уметь выпол­нять разминку с мешочками;уметь выпол­нять технически правильно ме­тание мешочка на дальность; понимать пра­вила подвижной игры «Колдунчики» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать позна­вательную цель; искать и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** уметь рассказать о понятии «физическая культура», а также о правилах проведения по­движной игры «Колдунчики» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умение находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 10 | 23.09 |  | Темп и ритм | Передвижение и вы­полнение упражнений с разным темпом и рит­мом. Разминка в кругу. Подвижные игры «Сал­ки» и «Мышеловка» | Знать, что такое темп и ритм. Уметь выпол­нять разминку в кругу; пони­мать правила подвижных игр «Салки» и «Мы­шеловка» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать позна­вательную цель; искать и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** уметь рассказатьо темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопере­живания чувствам другихлюдей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях, умение не создавать кон­фликтны и находить выхо­ды из спорных ситуаций |
| 11 | 27.09 |  | Подвиж­ная игра «Мыше­ловка» | Передвижение и вы­полнение упражнений с разным темпом и рит­мом. Разминка в дви­жении. Подвижные игры «Салки» и «Мы­шеловка сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками | Знать, что такое темп и ритм. Уметь выпол­нять разминку в движении; по­нимать правила подвижных игр «Салки» и «Мы­шеловка» | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; сохранять доброжелательное отно­шение друг к другу.***Регулятивные:*** формировать ситуа­цию саморегуляции, т. е. операци­онный опыт (учебных знаний и умений ) сотрудничества в совместном решении задач.Познавательные: уметь рассказать о темпе и ритме, а также о правилах проведения подвижных игр «Салки» и «Мышеловка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, |
| 12 | 28.09 |  | Личнаягигиеначеловека | Гигиена человека. Разминка в движении. Техника высокого стар­та. Команды «на старт», «внимание», «марш». Подвижная игра «Сал­ки с домиками» | Знать, что та­кое гигиена. Уметь выпол­нять разминку в движении; понимать пра­вила подвижной игры «Салки с домиками», технику выпол­нения высокого старта, как вы­полнять коман­ды «на старт», «внимание», «марш» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации; до­бывать недостающую информацию с помощью вопросов (познаватель­ная инициативность).Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать позна­вательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь рассказать о личной гигиене человека, а также о правилах проведения подвижной игры «Салки с домиками» и о техни­ке выполнения высокого старта | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 13 | 30.09 |  | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точ­ность | Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвиж­ная игра «Два Мороза» | Знать, как проводятся разминка с ма­лыми мячами, тестирование метания малого мяча на точ­ность; понимать правила по­движной игры «Два Мороза» | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования метания малого мяча на точность и о пра­вилах проведения подвижной игры «Два Мороза» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 14 | 04.10 |  | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя | Разминка, направлен­ная на развитие гиб­кости. Тестирование наклона вперед из по­ложения стоя. Подвиж­ная игра «Два Мороза». Упражнение на запо­минание временного отрезка | Знать, как проводятся раз­минка, направ­ленная на раз­витие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя; понимать правила по­движной игры «Два Мороза»; уметь запоми­нать десятисе­кундный отре­зок времени | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования наклона вперед из положения стоя и о пра­вилах проведения подвижной игры «Два Мороза» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций; формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |
| 15 | 05.10 |  | Тести­рование подъема туловища из положе­ния лежа за 30c | Разминка, направ­ленная на развитие гибкости. Тестирова­ние подъема туловища из положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Волк во рву». Упраж­нение на запоминание временного отрезка | Знать, как проводятся раз­минка, направ­ленная на раз­витие гибкости, тестирование подъема туло­вища; понимать правила по­движной игры «Волк во рву»; уметь запоми­нать десятисе­кундный отре­зок времени | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования подъе­ма туловища из положения лежа и о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; разви­тие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки; формирование установки на безопасность |
| 16 | 07.10 |  | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений. Тестирование прыжка в длину с места. По­движная игра «Волк во рву» | Знать, как про­водятся размин­ка, направлен­ная на развитие координации движений, тестирование прыжка в длину с места; пони­мать правила подвижной игры «Волк во рву» | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение другк другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования прыжка в длину с места и о правилах про­ведения подвижной игры «Волк во рву» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установкина безопасный, здоровый образ жизни |
| 17 | 11.10 |  | Тестиро­вание под­тягивания на низкой переклади­не из виса лежа | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений. Тестирование под­тягивания на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Охотник и зайцы» | Знать, как про­водятся размин­ка, направлен­ная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой пере­кладине из виса, понимать правила подвижной игры «Охотник и зай­цы» | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.Познавательные: уметь рассказать о проведении тестирования под­тягивания на низкой перекладине и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей, развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
|  |  |  |
| 18 | 12.10 |  | Тестиро­вание виса на время | Разминка у гимнасти­ческой стенки. Тести­рование виса на время. Подвижная игра «Охотник и зайцы» | Знать, как про­водятся размин­ка у гимнасти­ческой стенки, тестирование виса на время; понимать пра­вила подвижной игры «Охотник и зайцы» | ***Коммуникативные:*** сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения.***Регулятивные:*** формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников.***Познавательные:*** уметь рассказать о проведении тестирования виса на время и о правилах проведения подвижной игры «Охотник и зайцы» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 19 | 14.10 |  | Стихо­творное сопрово­ждение на уроках | Разминка со стихотвор­ным сопровождением. Подвижные игры «Кто быстрее схватит» и «Со­вушка» | Знать, как проводятся раз­минка со сти­хотворным сопровождени­ем, подвижные игры «Кто бы­стрее схватит» и «Совушка» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и излагать его; с достаточной полнотой и точ­ностью выражать свои мысли в со­ответствии с задачами и условиями коммуникации.***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать позна­вательную цель; уметь сохранять заданную цель.***Познавательные:*** уметь воспроиз­вести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, расска­зать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Со­вушка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; форми­рование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 20 | 18.10 |  | Стихо­творное сопрово­ждение как эле­мент раз­вития ко­ординации движений |  | Знать, как проводятся раз­минка со сти­хотворным сопровождени­ем, подвижныеигры «Кто бы­стрее схватит» и «Совушка» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга; с достаточной пол­нотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** уметь осуществлятьдействие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** уметь воспроиз­вести стихотворное сопровождение разминочных упражнений, расска­зать правила проведения подвижных игр «Кто быстрее схватит» и «Со­вушка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этическихчувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; форми­рование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 21 | 19.10 |  | Ловля и броски мяча в па­рах | Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города» | Знать, как про­водятся размин­ка с мячами, упражнения с мячами в па­рах и подвиж­ная игра «Осада города» | ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга; устанавливать рабочие отношения; управлять по­ведением партнера (контроль, кор­рекция, оценка действий партнера, умение убеждать).***Регулятивные:*** формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: уметь повторить упражнения с мячом как в парах, так и в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав- ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободы |
| 22 | 21.10 |  | Подвиж­ная игра «Осада города» | Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Осада города» | Знать, как про­водятся размин­ка с мячами, упражнения с мячами в па­рах и подвиж­ная игра «Осада города» | Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использо­вания адекватных языковых средств для отображения в речевых выска­зываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.Регулятивные: самостоятельно вы­делять и формулировать познава­тельную цель; формировать умение контролировать свою деятельность по результату.Познавательные: уметь повторить. упражнения с мячом как в парах, таки в одиночку, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций; развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливо­сти и свободе |
| 23 | 25.10 |  | Индиви­дуальная работа с мячом |  | Знать, как проводится раз­минка с мяча­ми, как выпол­няются ведение мяча, его ловля и броски, как играть в по­движную игру «Осада города» | Коммуникативные: формировать на­вык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь со­хранять доброжелательное отноше­ние друг к другу.Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.Познавательные: уметь самостоя­тельно выполнять упражнения с мя­чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Осада города» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие эмоционально­нравственной отзывчи­вости; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций; развитие само­стоятельности и личной ответственности |
| 24 | 26.10 |  | Школаукрощениямяча | Разминка с Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы» | Знать, как про­водится размин­ка с мячами, как выполняют­ся ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по­движную игру «Вышибалы» | Коммуникативные: формировать на­вык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь со­хранять доброжелательное отношение друг к другу.Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату.Познавательные: уметь самостоя­тельно выполнять упражнения с мя­чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смыслаучения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие эмоционально­-нравственной отзывчи­вости; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций; развитие само­стоятельности и личной ответственности |
| 25 | 28.10 |  | Подвиж­ная игра «Ночная охота» | Разминка с мяч Упражнения с» ведение, бросками, перебрасыванием Подвижная игра «охота» | Знать, как про­водится размин­ка с мячами, как выполняют­ся ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по­движную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутст­вует зрение | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; формировать навы­ки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершае­мых действий в форме речевых зна­чений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществ­лять итоговый и пошаговый конт­роль.Познавательные: уметь самостоя­тельно выполнять упражнения с мя­чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности |
| 26 | 08.11 |  | Глаза закры­вай — уп­ражненье начинай | Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение броски, ловля, подбрасывание. Подвижная игра «Ночная охота» | Знать, как проводится раз­минка с закры­тыми глазами, как выполняют­ся ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по­движную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутствует­вует зрение | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; формировать навы­ки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершае­мых действий в форме речевых зна­чений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществ­лять итоговый и пошаговый конт­роль.Познавательные: уметь самостоя­тельно выполнять упражнения с мя­чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»;знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности |
| 27 | 09.11 |  | Подвиж­ные игры | Разминка с закрыт глазами. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов четверти | Знать, как проводится раз­минка с закры­тыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутст­вует зрение, как подводятся ито­ги четверти | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятель­ности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции — рефлексии; осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные: формировать уме­ние самостоятельно выбирать no­ | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы |
| 28 | 11.11 |  | Школаукрощениямяча | Разминка с мячами. Упражнения с мячай ведение, броски и ло ля. Подвижная игра «Вышибалы» | Знать, как про­водится размин­ка с мячами,как выполняют­ся ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по­движную игру «Вышибалы» | Коммуникативные: формировать на­вык учебного сотрудничества в ходе индивидуальной работы; уметь со­хранять доброжелательное отношение друг к другу.Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь самостоя­тельно выполнять упражнения с мя­чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Вышибалы» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смыслаучения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие эмоционально­-нравственной отзывчи­вости; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций; развитие само­стоятельности и личной ответственности |
| 29 | 15.11 |  | Подвиж­ная игра «Ночная охота» | Разминка с мячами. Упражнения с мячами ведение, броски, ловля перебрасывание. По­движная игра «Ночная охота» | Знать, как про­водится размин­ка с мячами, как выполняют­ся ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по­движную и ФУ «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутст­вует зрение | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; формировать навы­ки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершае­мых действий в форме речевых зна­чений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществ­лять итоговый и пошаговый конт­роль.Познавательные: уметь самостоя­тельно выполнять упражнения с мя­чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав- ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности |
| 30 | 16.11 |  | Глаза закры­вай — уп­ражненье начинай | Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение, броски, ловля, перебра­сывание. Подвижная игра «Ночная охота» | Знать, как проводится раз­минка с закры­тыми глазами, как выполняют­ся ведение мяча в движении, его ловля и броски, как играть в по­движную игру «Ночная охота», что ощущает человек, когда у него отсутст­вует зрение | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; формировать навы­ки речевого отображения (описания, объяснения) содержания совершае­мых действий в форме речевых зна­чений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; осуществ­лять итоговый и пошаговый конт­роль. Познавательные: уметь самостоя­тельно выполнять упражнения с мя­чом, рассказать правила проведения подвижной игры «Ночная охота»; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности |
| 31 | 18.11 |  | Подвиж­ные игры | Разминка с закрытыми глазами. Подвижные игры по желанию уче­ников. Подведение итогов четверти | Знать, как проводится раз­минка с закры­тыми глазами, что ощущает человек, когда у него отсутст­вует зрение, как подводятся ито­ги четверти | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятель­ности; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции — рефлексии; осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные: формировать уме­ние самостоятельно выбирать noдвижные игры; знать, как выполнять упражнения с закрытыми глазами | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; раз­витие самостоятельности и личной ответственности |
| 32 | 22.11 |  | Перекаты | Разминка на матах. Группировка. Перека­ты. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проводится раз­минка на матах, технику выпол­нения группи­ровки, что такое перекаты и чем они отличаются от кувырков, правила подвижной игры «Удочка» | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группи­ровку, перекаты; играть в подвиж­ную игру «Удочка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетиче­ских потребностей, цен­ностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 33 | 23.11 |  | Разновид­ности пе­рекатов | Разминка на матах. Группировка. Перека­ты. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проводится раз­минка на матах, технику выпол­нения группи­ровки, что такое перекаты, их виды, правила игры «Удочка» | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, делать группи­ровку, перекаты; играть в подвиж­ную игру «Удочка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетиче­ских потребностей, цен­ностей и чувств, установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 34 | 25.11 |  | Техника выпол­нения кувырка вперед | Разминка на матах. Пе­рекаты. Кувырок впе­ред. Подвижная игра «Удочка» | Знать, как проводится раз­минка на матах, технику выпол­нения перека­тов и кувырка вперед, правила игры «Удочка» | Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, навыки содействия в дости­жении цели со сверстниками. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, ку­вырок вперед и играть в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие доброжелательности и эмоционально-нрав- ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности |
| 35 | 29.11 |  | Кувыроквперед | Разминка на матах. Пе­рекаты. Кувырок впе­ред. Подвижная игра«Успей убрать» | Знать, что та­кое осанка, как проводится раз­минка на матах, технику выпол­нения перека­тов и кувырка вперед, правила игры «Успей убрать» | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов; устанавливать рабочие отношения.Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.Познавательные: уметь выполнять разминку на матах, перекаты, ку­вырок вперед и играть в подвижную игру «Успей убрать» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и лич­ной ответственности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 36 | 30.11 |  | Стойка на лопат­ках, «мост» | Разминка, направ­ленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стой­ка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Вол­шебные елочки» | Знать, что та­кое осанка,как проводит­ся разминка, направленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на ло­патках и «мо­ста», правила игры «Волшеб­ные елочки» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; формировать навыки сотрудничества со сверстни­ками и взрослыми.Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохра­нение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост» и играть в подвижную игру «Вол­шебные елочки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности; форми­рование установки на здо­ровый образ жизни |
| 37 | 02.12 |  | Стойка на лопатках, «мост» — совершенствование | Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост». Подвижная игра «Волшебные елочки» | Знать, как проводится разминка, на­правленная на сохранение правильной осанки, технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопат­ках и «моста», правила подвиж­ной игры «Вол­шебные елочки» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; представ­лять конкретное содержание и изла­гать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на сохра­нение правильной осанки, кувырок вперед, стойку на лопатках, «мост»и играть в подвижную игру «Вол­шебные елочки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности; форми­рование установки на здо­ровый образ жизни |
| 38 | 06.12 |  | Стойкана голове | Разминка на матах с ре-зиновыми кольцами. Кувырок вперед. Стой¬ка на голове. Игровое упражнение | Знать, что такое стойка на голове, как проводится раз­минка на матах с резиновыми кольцами, технику выпол­нения кувырка вперед и стойки на голове | Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использо­вания адекватных языковых средств для отображения в речевых выска­зываниях с целью планирования, контроля и самооценки. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; осу­ществлять действие по образцу и за­данному правилу.Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, кувырок вперед, стойку на голове, проводить игровое упраж­нение на внимание | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на осно­ве представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе; формирование эстетических потребно­стей, ценностей и чувств |
| 39 | 07.12 |  | Лазанье по гимна-стической стенке | Разминка на матах с резиновыми кольцами Лазанье по гимнастической стенке. Стойка на голове. Игровое упражнение | Знать, что такое стойка на голове, как проводится раз­минка на матах с резиновыми кольцами, технику выпол­нения стойки на голове | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; формиро­вать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. Регулятивные: добывать недостаю­щую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на матах с резиновыми кольцами, лазанье по гимнасти­ческой стенке, стойку на голове, проводить игровое упражнение на внимание голове, проводить игровое | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |
| 40 | 09.12 |  | Перелезание на гимна-стической стенке | Разминка с гимна-стическими палкам Лазанье и перелезание гимнастической стенке. Стойка на г лове. Кувырок впер Игровое упражнение | Знать, что такое стойка на голо­ве, как прово­дится разминка с гимнастиче­скими палками, технику выпол­нения кувырка вперед и стойки на голове | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; формиро­вать навыки сотрудничества в ходе индивидуальной работы. Регулятивные: добывать недостаю­щую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность); формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палка­ми, лазанье и перелезание на гимна­стической стенке, стойку на голове, кувырок вперед, проводить игровое упражнение на внимание | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстети­ческих потребностей, ценностей и чувств; уста­новки на безопасный, здо­ровый образ жизни |
| 41 | 13.12 |  | Висы на перекладине | Разминка с гимнастическими палкамиЛазанье и перелезай на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых рука на перекладине. Подвижная игра «Удочка» | Знать, что такое вис, как прово­дится разминка с гимнастиче­скими палками, технику перелезания на гим­настической стенке | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на­учения, формировать способность к преодолению препятствий и само- коррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими пал­ками, лазанье и перелезание на гим­настической стенке, выполнять вис стоя, вис, вис на согнутых руках на перекладине, проводить подвиж­ную игру «Удочка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и Эмоционально-нрав­ственной отзывчивости; развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки;развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 42 | 14.12 |  | Круговаятренировка | Разминка с гимнастическими палками. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис стоя, вис на согнутых руках на перекладине. Круговая тренировка. Игровое упражнение | Знать, что та­кое круговая тренировка, как проводится разминка с гим­настическими палками, техни­ку перелезания на гимнасти­ческой стенке и стойки на го­лове | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни­кации.Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель;адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палка­ми, круговую тренировку, проводить игровое упражнение на внимание и реакцию | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости,сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование установ­ки на безопасный образ жизни, эстетических по­требностей, ценностей и чувств |
| 43 | 16.12 |  | Прыжки со скакалкой | Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвиж¬ная игра «Шмель» | Знать, что такое скакалка и ка­кие упражнения можно с нейвыполнять, как прыгать со ска­калкой и в ска­калку, правила игры «Шмель» | Коммуникативные: формировать на­выки речевого отображения (описа­ния, объяснения) содержания совер­шаемых действий в форме речевыхзначений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой, проводить подвижную и фу «Шмель» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятиеи освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формиро­вание установки на без­опасный и здоровый образ жизни |
| 44 | 20.12 |  | Прыжки в скакалку | Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвиж¬ная игра «Шмель» | Знать, что такое скакалка и ка­кие упражнения можно с ней выполнять, какпрыгать со ска­калкой и в ска­калку, правила игры «Шмель» | Коммуникативные: формировать навыки сотрудничества со сверст­никами и взрослыми; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего на­учения, формировать способность к преодолению препятствий и само- коррекции.Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, прыжки со скакалкой и в скакалку, прово­дить подвижную игру «Шмель» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальнойроли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; формиро­вание установки на без­опасный и здоровый образ жизни |
| 45 | 21.12 |  | Круговаятрениров¬ка | Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Бере¬ги предмет» | Знать, что такое круговая трени­ровка и какие упражнения могут в нее вхо­дить, правила игры «Береги предмет» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; уметь сохранять доброжелательное отно­шение друг к другу.Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять за-данную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, проходить станции круговой тренировки, про-водить подвижную игру «Береги предмет» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред¬ставлений о нравствен¬ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетиче¬ских потребностей, ценно¬стей и чувств |
| 46 | 23.12 |  | Вис углом и вис со-гнувшись на гимна-стических кольцах | Разминка со скакал¬кой. Вис углом и вис согнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву» | Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на нихвыполнять, правила игры «Волк во рву» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; формиро­вать навыки речевого отображения (описания, объяснения) содержаниясовершаемых действий в форме речевых значений с целью ориенти­ровки.Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку со скакалкой, вис углом и вис согнувшись на кольцах, прово­дить подвижную игру «Волк во рву» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствамдругих людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |
| 47 | 27.12 |  | Вис про-гнувшись на гимна-стических кольцах | Разминка с резино¬выми кольцами. Вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах. Подвижная игра «Волк во рву» | Знать, что такое гимнастическиекольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить раз­минку с двумя резиновыми кольцами, правила игры «Волк во рву» | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; формироватьнавыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.Регулятивные: проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.Познавательные: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись и вис прогнувшись на кольцах, проводить подвижную игру «Волк во рву» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; 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 |  | Перево¬рот назад и вперед на гимна-стических кольцах | Разминка с резино¬выми кольцами. Вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, пе¬реворот назад и вперед на кольцах. Подвижная игра «Попрыгунчики- воробушки» | Знать, что такое гимнастические кольца и какие упражнения можно на них выполнять, как проводить раз­минку с двумя резиновыми кольцами, пра­вила игры «По- прыгунчики-во- робушки» | Коммуникативные: формировать на­выки речевого отображения (описа­ния, объяснения) содержания совер­шаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.Познавательные: уметь выполнять разминку с резиновыми кольцами, вис углом, вис согнувшись, вис про­гнувшись, переворот вперед и назад на кольцах, проводить подвижную игру «Попрыгунчики-воробушки» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; раз­витие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на осно­ве представлении о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе; формирование эстетических потребно­стей, ценностей и чувств |
| 49 | 30.12 |  | Вращениеобруча | Разминка с обручами. Вис углом, вис согнув-шись, вис прогнув¬шись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. По-движная игра «Попры-гунчики - воробушки» | Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с об­ручами, правила игры «Попрыгунчики-воробушки» | Коммуникативные: владеть моноло­гической и диалогической формами речи в соответствии с грамматиче­скими и синтаксическими нормами родного языка.Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, пере­ворот вперед и назад на кольцах, вра­щать обруч, проводить подвижнуюигру «Попрыгунчики-воробушки» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости; развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки; формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |
|  | 11.01 |  | Обруч — учимся им управлять | Разминка с обручами. Вис углом, вис согнув-шись, вис прогнув¬шись, переворот назад и вперед на кольцах. Вращение обруча. По-движная игра «Попры-гунчики-воробушки» | Знать, что такое обруч и как его можно вращать, как проводить разминку с об­ручами, правила игры «Попры- гунчики-воро- бушки» | Коммуникативные: формировать на­выки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой рабо­ты; слушать и слышать друг друга. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь сохранять за­данную цель.Познавательные: уметь выполнять разминку с обручами, вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись, переворот вперед и назад на коль­цах, вращать обруч, проводить подвижную игру «Попрыгунчики- воробушки» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки; формирование эстетиче­ских потребностей, ценно­стей и чувств |
| 50 | 13.01 |  | Круговаятрениров¬ка | Разминка с массажны¬ми мячами. Круговая тренировка. Подвиж¬ные игры | Знать, что та­кое Массажные мячи и что с ними можно делать, прави­ла проведения круговой трени­ровки | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; форми­ровать умение понимать мысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом.Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.Познавательные: уметь выполнять разминку с массажными мячами, круговую тренировку, проводить по­движные игры | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций; раз­витие самостоятельности и личной ответственностиза свои поступки на осно­ве представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе; формирование эстетических потребно­стей, ценностей и чувств |
| 51 | 17.01 |  | Круговаятрениров¬ка | Разминка с массажны¬ми мячами. Круговая тренировка. Подвиж¬ные игры | Знать, что та­кое массажные мячи и что с ними можно делать, прави­ла проведения круговой трени­ровки | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и же­лания окружающих, их внутренний мир в целом.Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.Познавательные: уметь выполнять разминку с массажными мячами, проходить станции круговой трени-ровки, проводить подвижные игры | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстникамии взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать кон¬фликты и находить выходы из спорных ситуаций; раз¬витие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нрав-ственных нормах, соци¬альной справедливости и свободе; формирование эстетических потребно¬стей, ценностей и чувств |
| 52 | 18.01 |  | Органи- зационно-методические требо-вания на уроках, посвящен-ных лыж-ной под-готовке. Ступаю¬щий шаг на лыжах без палок | Проверка лыжной фор¬мы, инвентаря;ступаю¬щий лыжный шаг | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготов­ке, технику выполнения ступающего шага на лыжах без палок | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные: проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и фор­мы сотрудничества; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь переносить лыжи и передвигаться на лыжах сту­пающим шагом | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 53 | 20.01 |  | Скользя¬щий шаг на лыжах без палок | Переноска лыж под ру¬кой; ступающий лыж¬ный шаг без палок; скользящий лыжный I шаг без палок | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготов­ке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни­кации.Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.Познавательные: уметь переносить лыжи под рукой, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок | Развитие мотивов учебной деятельности, доброжела­тельности и эмоциональ­но-нравственной отзыв­чивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками, умение не создавать кон­фликты; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 54 | 24.01 |  | Повороты пересту- панием на лыжах без палок | Переноска лыж под ру¬кой; ступающий лыж¬ный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; поворот, переступание на лыжах без палок | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготов­ке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лы­жах без палок; технику пово­рота на лыжах без палок | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; формиро­вать навыки работы в группе и ува­жение к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по об­разцу и заданному правилу. Познавательные: уметь перено­сить лыжи на плече, передвигаться на лыжах ступающим и скользя­щим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости; развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми |
| 55 | 25.01 |  | Ступаю¬щий шаг на лыжах с палками | Переноска лыж с пал-ками под рукой; сту-пающий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг без палок; ступающий лыжный шаг с палками | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготов­ке. технику выполнения ступающего и скользящего шага на лыжах без палок, а так­же ступающего шага с палками | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации. Регулятивные: уметь сохранять за­данную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь передвигать­ся на лыжах ступающим и скользя­щим шагом без палок, выполнять повороты переступанием на лыжах без палок, передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуаци­ях, умение не создавать конфликты и находить вы­ходы из спорных ситуаций |
| 56 | 27.01 |  | Скользя¬щий шаг на лыжах с палками | Ступающий лыжный шаг без палок; сколь-зящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготов­ке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лы­жах без палок, скользящего лыжного шага с палками | Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь передвигать­ся на лыжах ступающим и скользя­щим шагом без палок, скользящим шагом с палками | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуаци­ях, умение не создавать конфликты и находить вы­ходы из спорных ситуаций |
| 57 | 31.01 |  | Поворот переступанием на лыжах с палками | Ступающий лыжный шаг без палок; сколь-зящий лыжный шаг без палок; скользящий лыжный шаг с палками; повороты переступани-ем на лыжах с палками | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготов­ке, технику выполнения ступающего и скользящего шага на лы­жах без палок, скользящего лыжного шага с палками, а также поворо­тов переступанием на лыжах с палками | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; эффек­тивно сотрудничать и способство­вать продуктивной кооперации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действияпартнеров.Познавательные: уметь передвигать­ся на лыжах ступающим и скользя­щим шагом без палок и с палками, выполнять повороты переступанием на лыжах с палками | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыковсотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 58 | 01.02 |  | Подъем и спуск под уклон на лыжах без палок | Ступающий лыжный шаг без палок; сколь-зящий лыжный шаг без палок; скользящий и ступающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основ¬ной стойке; подъем на склон «полуелоч¬кой» | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготовке, технику выпол­нения подъе­ма на склон «полуелочкой» без палок, а также знать технику спуска со склона в ос­новной стойке без палок | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; форми­ровать навыки учебного сотруд­ничества в ходе индивидуальной и групповой работы.Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.Познавательные: уметь передвигать­ся на лыжах ступающим и скользя­щим шагом без палок и с палками, выполнять спуск со склона в основ­ной стойке и подъем на него «полу­елочкой» на лыжах без палок | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностногосмысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 59 | 03.02 |  | Подъем и спуск под уклон на лыжах с палками | Скользящий и сту-пающий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основ¬ной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с пал¬ками. Торможение падением | Знать правила проведения за­нятий по лыж­ной подготовке, технику выпол­нения подъема на склон «полу- елочкой» с лыж­ными палками, а также технику спуска со скло­на в основной стойке с лыж­ными палками. Познакомиться с техникой тор- переступанием | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; формиро­вать уважение к иной точке зрения; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; уметь сохра­нять заданную цель. Познавательные: уметь передвигать­ся на лыжах ступающим и скользя­щим шагом с палками; выполнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками, торможение падением | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 60 | 07.02 |  | Прохо-ждение дистан¬ции 1 км на лыжах | Скользящий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основ¬ной стойке; подъем на склон «полуелочкой» на лыжах с палка¬ми. Прохождение ди¬станции 1 км на | Узнать возмож­ности своего организма с по­мощью прохо­ждения дистан­ции 1 км, знать технику выпол­нения подъема на склон «полу- елочкой» с лыж­ными палками, а также спуска со склона в ос­новной стойке с лыжными пал-ками | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1 км, вы­полнять подъем и спуск со склона на лыжах с палками | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 61 | 08.02 |  | Скользя¬щий шаг на лыжах «змейкой» | Скользящий шаг на лы-жах с палками «змей-кой»; упражнение в ме-тании на точность | Знать, как выполняется скользящий шаг на лыжах «змейкой»; знать вариант биатлонного упражнения | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; понимать мысли, чувства, стремления и же­лания окружающих, их внутренний мир в целом.Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции.Познавательные: уметь передви­гаться «змейкой» на лыжах и метать на точность | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуаци­ях, умение не создавать конфликты и находить вы­ходы из спорных ситуаций |
| 62 | 10.02 |  | Прохо-ждение дистанции 1,5 км на лыжах | Прохождение дистан¬ции 1,5 км на лыжах; свободное катание | Узнать возмож­ности своего организма с по­мощью прохо­ждения дистан­ции 1,5 км | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь проходить на лыжах дистанцию 1,5 км | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуаци­ях, умение не создавать конфликты и находить вы­ходы из спорных ситуаций |
| 63 | 14.02 |  | Контроль-ный урок по лыжной подготовке | Ступающий и скользя-щий шаг как с лыжны¬ми палками, так и без них; спуск со склона в основной стойке; подъем на склон «полу- елочкой»; торможение падением | Узнать, как проводятся за­нятия по лыж­ной подготовке | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в индивидуальной и групповой работе. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и форму­лировать познавательную цель; аде­кватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять различные лыжные ходы, спускаться со склона и подниматься на него, тормозить падением | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 64 | 15.02 |  | Лазанье по канату | Разминка с гимна-стическими палками. Лазанье по канату. По-движная игра «Белки в лесу» | Знать, что та­кое канат, как по нему лазать, правила игры «Белки в лесу» | Коммуникативные: формировать навыки сотрудничества со сверстни­ками и взрослыми; уметь понимать мысли, чувства, стремления и же­лания окружающих, их внутренний мир в целом.Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими палкамипалками, лазать по канату, играть в по­движную игру «Белки в лесу» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты, нахо­дить выходы из спорных ситуаций |
| 65 | 17.02 |  | Подвижная игра «Белочка- защитница» | Разминка с гимна-стическими палками. Лазанье по канату. По-движная игра «Белочка-зашитница» | Знать, что та­кое канат, как по нему лазать, правила игры «Белочка-защитница» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; самостоятель­но выделять и формулировать по­знавательную цель.Познавательные: уметь выполнять разминку с гимнастическими пал­ками, лазать по канату, играть в по­движную игру «Белочка-защитница» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослымив разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты, нахо­дить выходы из спорных ситуаций |
| 66 | 28.02 |  | Прохожде-ние поло¬сы препят¬ствий | Разминка на гимна-стических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвиж¬ная игра «Белочка-за-щитница» | Знать, что такое полоса препят­ствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-защитница» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность).Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и форму­лировать познавательную цель; ис­кать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять за¬данную цель.Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических ска¬мейках, преодолевать полосу пре¬пятствий, играть в подвижную игру «Белочка-защитница» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред-ставлений о нравственных нормах подвижную игру «Белочка-защитница» |
| 67 | 01.03 |  | Прохожде-ние услож-ненной полосы препят¬ствий | Разминка на гимна-стических скамейках. Преодоление полосы препятствий. Подвиж¬ная игра «Белочка-за- щитница» | Знать, что такое полоса препят­ствий, как ее преодолевать, правила игры «Белочка-за­щитница» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность).Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; уметь сохранять за­данную цель.Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических ска­мейках, преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в по­движную игру «Белочка-защитница» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах |
| 68 | 03.03 |  | Техника прыжка в высоту с прямого разбега | Разминка на гимна-стических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. По-движная игра «Бегуныи прыгуны» | Знать, что такое прыжок в вы­соту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и пры­гуны» | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность); представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; уметь осуществлять действие по об­разу и заданному правилу. Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических ска­мейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах; развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости |
| 69 | 07.03 |  | Прыжок в высоту с прямого разбега | Разминка на гимна-стических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. По¬движная игра «Бегуны и прыгуны» | Знать, что такое прыжок в вы­соту, как он выполняется, правила игры «Бегуны и пры­гуны» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксиче­скими нормами родного языка. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять разминку на гимнастических ска­мейках, прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах; развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости |
| 70 | 10.03 |  | Прыжок в высоту спиной вперед | Разминка со стихотвор-ным сопровождением. Прыжок в высоту спи¬ной вперед. Подвижная игра «Грибы-шалуны» | Знать, что такое прыжок в вы­соту спиной вперед, как он выполняется, правила игры «Грибы-шалу­ны» | Коммуникативные: добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов; формировать навыки ре­чевого отображения (описания, объ­яснения) содержания совершаемых действий в форме речевых значений с целью ориентировки. Регулятивные: формировать умение осуществлять действие по образцу и заданному примеру; адекватно по­нимать оценку взрослого и сверст­ников.Познавательные: уметь выполнять разминку со стихотворным сопрово­ждением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру « Г рибы-шалуны» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей |
| 71 | 14.03 |  | Прыжки в высоту | Разминка со стихотвор-ным сопровождением. Прыжок в высоту спи¬ной вперед. Прыжок в высоту с прямого раз¬бега. Подвижная игра «Грибы-шалуны» | Знать, что такое прыжки в вы­соту, как они выполняются, правила игры «Грибы-шалу­ны» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять разминку со стихотворным сопрово­ждением, прыжок в высоту спиной вперед, играть в подвижную игру «Грибы-шалуны» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей |
| 72 | 15.03 |  | Броски и ловля мяча в парах | Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способа¬ми. Подвижная игра «Котел» | Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мя­чами, правила игры «Котел» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партне­ра, умение убеждать).Регулятивные: формировать умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера; уметь сохра­нять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, сопере­живания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в раз­ных социальных ситуациях, умение не создавать кон­фликты и находить выходы из спорных ситуаций; раз­витие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 73 | 17.03 |  | Броски и ловля мяча в па­рах | Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способа­ми. Подвижная игра «Котел» | Знать, что такое броски и ловля мяча, как проводится разминка с мя нами, правила игры «Котел» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; эффективно со­трудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партне­ра, умение убеждать).Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, играть в подвижную игру «Котел» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав- ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций; раз­витие навыков сотрудничества самостоятельности и личной ответственности за свои |
| 74 | 21.03 |  | Ведениемяча | Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными спосо­бами. Ведение мяча. Подвижная игра «Охот­ники и утки» | Знать, что такое ведение мяча, как проводится разминка с мя­чами, правила игры «Охотники и утки» | Коммуникативные: формировать на­выки содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: определять новыйуровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, бросать и ловить мяч разными способами, вести мяч правой и левой рукой, играть в по­движную игру «Охотники и утки» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 75 | 22.03 |  | Ведение мяча в движе­нии | Разминка с мячом. Ве­дение мяча в движении. Эстафеты | Знать, что такое ведение мяча в движении, как проводится разминка с мя­чами, правила проведения эстафет | Коммуникативные: формировать на­вык содействия в достижении цели со сверстниками; добывать недо­ стающую информацию с помощью вопросов.Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участво­вать в эстафетах | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных |
| 76 | 24.03 |  | Эстафеты с мячом | Разминка с мячом. Ве­дение мяча в движении. Эстафеты с мячом | Знать, что такое ведение мячав движении, как проводится разминка с мя­чами, правила проведения эстафет | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражатьсвои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и форму­лировать познавательную цель; искать и выделять необходимую ин­формацию.Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, вести мяч правой и левой рукой в движении, участво­вать в эстафетах | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости нормах, социальной спра­ведливости |
| 77 | 04.04 |  | Подвиж­ные игры с мячом | Разминка с мячом. По­движная игра «Охотни­ки и утки». Подвижная игра «Антивышибалы» | Знать правила проведения подвижных игр «Охотники и утки» и «Ан­тивышибалы» | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; организо­вывать и осуществлять совместную деятельность.Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции, т. е. операци­онный опыт (учебных знаний и уме­ний); сотрудничать в совместном решении задач.Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, играть в подвиж­ные игры «Охотники и утки» и «Ан­тивышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 78 | 05.04 |  | Подвиж­ные игры | Разминка с мячом. По­движные игры. Подве­дение итогов четверти | Знать правила проведения по­движных игр | Коммуникативные: строить продук­тивное взаимодействие со сверст­никами и взрослыми; формировать навыки содействия в достижении цели со сверстниками. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе, как субъекту деятельности; уметь осуществлять итоговый и пошаго­вый контроль.Познавательные: уметь выполнять разминку с мячом, выбирать по­движные игры и участвовать в них | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 79 | 07.04 |  | Броски мяча через волейболь­ную сетку | Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «За­бросай противника мячами» | Знать, как вы­полнять брос­ки мяча через волейбольную сетку | Коммуникативные: формировать умение сохранять доброжелательное отношение друг к другу; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партне­ра, умение убеждать).Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции; уметь контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку в парах, броски через волей­больную сетку; играть в подвижную игру «Забросай противника мячами» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослым в разных си­туациях, умение не созда­вать конфликты |
| 80 | 11.04 |  | Точность бросков мяча через волейболь­ную сетку | Разминка в парах. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвиж­ная игра «Забросай противника мячами» | Знать, как вы­полнять брос­ки мяча через волейбольную сетку на точ­ность | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую ин­формацию.Познавательные: уметь выполнять разминку в парах, броски через волейбольную сетку на точность; | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли; развитие сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных си­туациях, умение не созда­вать конфликты |
| 81 | 12.04 |  | Подвиж­ная игра «Вышиба­лы через сетку» | Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Подвиж­ная игра «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполнять броски мяча через волей­больную сетку на точность, как играть в по­движную игру «Вышибалы через сетку» | Коммуникативные: формировать на­выки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой рабо­ты, уважение к иной точке зрения. Регулятивные: проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; уметь контролиро­вать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейболь­ную сетку; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |
| 82 | 14.04 |  | Броски мяча через волейболь­ную сетку с дальних дистанций | Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность. Подвиж­ная игра «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполнять броски мяча через волей­больную сетку на точность, как играть в по­движную игру «Вышибалы через сетку» | Коммуникативные: владеть моноло­гической и диалогической формами речи в соответствии с грамматиче­скими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь сохранять заданную цель; видеть указанную ошибку и исправлять ее по настав­лению взрослого. Познавательные: уметь выполнять разминку с мячами в движении по кругу, броски через волейбольную сетку на дальность; играть в подвиж­ную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 83 | 18.04 |  | Бросок набивно­го мяча от груди | Разминка с набивными мячами. Броски на­бивного мяча от груди. Подвижная игра «Вы­шибалы через сетку» | Знать, как вы­полнять броски набивного мяча от груди, как играть в по­движную игру «Вышибалы через сетку» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность).Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по настав­лению взрослого.Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди; иг­рать в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности; раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 84 | 19.04 |  | Бросок набивного мяча снизу | Разминка с набивными мячами. Броски на­бивного мяча от груди и снизу. Подвижная игра «Вышибалы через сетку | Знать, как вы­полнять броски набивного мяча снизу, как иг­рать в подвиж­ную игру «Вы­шибалы через сетку» | Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность).Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­одолению препятствий и самокоррекции; уметь видеть указанную ошибку и исправлять ее по настав­лению взрослого.Познавательные: уметь выполнять разминку с набивными мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности; раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 85 | 21.04 |  | Подвиж­ная игра «Точно в цель» | Разминка с малыми мячами. Броски на­бивного мяча от груди и снизу. Подвижнаяигра «Точно в цель» | Знать, как вы­полнять броски набивного мяча снизу и от гру­ди, как играть в подвижную игру «Точно в цель» | Коммуникативные: формировать навык речевых действий: использо­вания адекватных языковых средств для отображения в речевых выска­зываниях своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира.Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель; контро­лировать свою деятельность по ре­зультату.Познавательные: уметь выполнять разминку с малыми мячами, броски набивного мяча от груди и снизу; играть в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами; умение не созда­вать конфликты и нахо­дить выходы из спорных ситуаций; развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный образ жизни |
| 86 | 25.01 |  | Тестиро­вание виса на время | Разминка с малыми мячами. Тестирование виса на время. Подвиж­ная игра «Точно в цель» | Знать, как проводится тестирование виса на время, как играть в по­движную игру «Точно в цель» | Коммуникативные: сохранять добро­желательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку с малыми мячами, тести­рование виса на время, играть в по­движную игру «Точно в цель» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 87 | 26.04 |  | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя | Разминка, направлен­ная на развитие гиб­кости. Тестирование наклона вперед из по­ложения стоя. Подвиж­ная игра «Собачки» | Знать, как проводится тестирование наклона вперед из положения стоя, как играть в подвижную игру «Собачки» | Коммуникативные: сохранять добро­желательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на разви­тие гибкости, сдавать тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Собачки | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 88 | 28.04 |  | Тестирова­ние прыж­ка в длину с места | Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. По­движная игра «Собач­ки» | Знать, как проводится тестирование прыжков в дли­ну, как играть в подвижную игру «Собачки» | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять беговую разминку, сдавать тестиро­вание прыжков в длину, играть в по­движную игру «Собачки» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 89 | 02.05 |  | Тестиро­вание под­тягивания на низкой перекла­дине |  | Знать, как проводится тестирование подтягивания на низкой пере­кладине, как иг­рать в подвиж­ную игру «Лес, болото, озеро» | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать те­стирование подтягивания на низкой перекладине, играть в подвижную игру «Лес, болото, озеро» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 90 | 03.05 |  | Тести­рование подъема туловища за 30 с | Разминка в движении. Тестирование подъе­ма туловища за 30 с. Подвижная игра «Лес, болото, озеро» | Знать, как проводится тестирование подъема туло­вища за 30 с, как играть в по­движную игру «Лес, болото, озеро» | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать тести­рование подъема туловища за 30 с, играть в подвижную игру «Лес, бо­лото, озеро» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 91 | 05.05 |  | Техника метания на точ­ность | Разминка с мешочка­ми. Техника метания различных предметов на точность. Подвижная игра «Ловушка с мешочком на голове | Знать, как вы­полняется мета­ние различных предметов, как играть в по­движную игру «Ловишка с ме­шочком на го­лове» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации; добывать информацию с помощью вопросов (познавательная инициа­тивность).Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату; уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, метание различных предметов на точность, | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитиеэтических чувств и эмо­ционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и лич­ной ответственности за свои поступки на осно­ве представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе |
| 92 | 10.05 |  | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точ­ность | Разминка с мешочками. Тестирование метания малого мяча на точ­ность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как про­водится тести­рование мета­ния малого мяча на точность, как играть в по­движную игру «Ловишка с ме­шочком на го­лове» | Коммуникативные: сохранять добро­желательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку с мешочками, сдавать тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 93 | 12.05 |  | Подвиж­ные игры для зала | Разминка с игровым упражнением «Запре­щенное движение». По­движные игры для зала. Игровое упражнение на равновесие | Знать, как выбирать по­движные игры для зала, уметь в них играть | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации; формиро­вать уважение к иной точке зрения. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции, т. е. операци­онный опыт (учебных знаний и уме­ний); сотрудничать в совместном решении задач.Познавательные: уметь выполнять разминку с игровым упражнением «Запрещенное движение», выбирать подвижные игры для зала | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 94 | 16.05 |  | Беговые упражне­ния | Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «Кол­дунчики» | Знать, какие бывают беговые упражнения. Уметь играть в подвижную игру « Колдун - чики» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправ­лять ее по наставлению взрослого; уметь осуществлять действие по об­разцу и заданному примеру. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении и беговые уп­ражнения, играть в подвижную игру «Колдунчики» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и фор­мирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости |
| 95 | 17.05 |  | Тестиро­вание бега на 30 м с высокого старта | Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики» | Знать, как сда­ется тестирова­ние бега на 30 м с высокого старта. Уметь играть в по­движную игру «Хвостики» | Коммуникативные: сохранять добро­желательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержа­ние и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать те­стирование бега на 30 м, играть в по­движную игру «Хвостики» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 96 | 19.05 |  | Тести­рование челноч­ного бега 3\*10м | Разминка в движении. Тестирование челноч­ного бега З х 10 м. По­движная игра «Бросай далеко, собирай быст­рее» | Знать, как сда­ется тестирова­ние челночного бега Зх10 м. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Коммуникативные: сохранять добро­желательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, сдавать те­стирование челночного бега Зх 10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 97 | 23.05 |  | Тести­рование метания мешочка на даль­ность | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Бро­сай далеко, собирай быстрее» | Знать, как сдается тести­рование мета­ния мешочка на дальность. Уметь играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | Коммуникативные: сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме.Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрос­лого и сверстников; уметь осуществ­лять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на разви­тие координации движений, сдавать тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай бы­стро» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие са­мостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, социальной спра­ведливости и свободе |
| 98 | 24.05 |  | Команд­ная по­движная ифа «Хво­стики | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений. Подвижные игры «Хво­стики» и «Совушка» | Знать, что такое координация движений, для чего она нужна людям. Уметь играть в подвижные игры «Хвости­ки» и «Совушка» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; с достаточ­ной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на разви­тие координации движений, играть в подвижные игры «Хвостики» и «Совушка» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 99 | 26.05 |  | Русская народная подвижная игра «Го­релки» | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений. Подвижные игры «Го­релки» и «Игра в птиц» | Знать правила игры «Горелки» и стихотворное сопровождение к ней. Уметь иг­рать в подвиж­ную игру «Игра в птиц» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга и учителя; с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни­кации.Регулятивные: формировать ситуа­цию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. операционный опыт. Познавательные: уметь выполнять разминку, направленную на раз­витие координации движений, иг­рать в подвижные игры «Горелки» и «Игра в птиц» | Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и исто­рию России; формирова­ние уважительного отно­шения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование лич­ностного смысла учения; развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях |
| 100 |  |  | Команд­ные по­движные игры | Разминка в движении. Подвижные игры «Хво­стики» и «День и ночь» | Знать правила игры «День и ночь», пони­мать, что значит команда. Уметь играть в по­движную игру «Хвостики» | Коммуникативные: слушать и слы­шать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать про­дуктивной кооперации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; контролировать свою деятельность по результату.Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, играть в по­движные игры «Хвостики» и «День и ночь» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 101 |  |  | Подвиж­ные игры с мячом | Разминка в движении. Подвижные игры «Вы­шибалы», «Ловишка», «Игра в птиц с мячом» | Знать игры, в которых ис­пользуется мяч, правила игр «Ловишка», «Вышибалы», «Игра в птиц с мячом» | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задача­ми и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую ин­формацию.Познавательные: уметь выполнять разминку в движении, играть в по­движные игры «Ловишка», «Выши­балы», «Игра в птиц с мячом» | Развитие мотивов учебной деятельности и формиро­вание личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций |
| 102 |  |  | Подвиж­ные игры | Разминка в виде са­лок. Подвижные игры по желанию учеников. Подведение итогов учебного года | Знать, как вы­бирать подвиж­ные игры, как подводить итоги учебного года | Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение; формировать уважение к иной точке зрения.Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и фор­мулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую ин­формацию; осуществлять итоговый контроль.Познавательные: уметь выбирать подвижные игры, подводить итоги учебного года | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками |